என்றும் உங்களுடன் புத்தகம்-1

மங்கையர் மலர்

பிப்ரவரி 2009 MANGAYAR MALAR 326 பக்கங்கள் ரூ.25/-

3 புத்தகங்கள்

- கருங்கூந்தலுக்கு 25 டிப்ஸ்...
- உயில் ரகசியங்கள்!
- மைக்ரோவேவ் திரட்டுப்பால்!
- சிலிர்க்க வைக்கும் சித்தர் வரலாறு!
- நீங்க ஐ.ஏ.எஸ். ஆகணுமா?



இணைப்பு: ஆலய அதிசயம் 64!

அதிக அதிக பக்கங்கள்! புதிய போட்டிகள்!

ஆண்டு மலர் அமர்க்களங்கள்!

















அட்டை I: சுதர்ஷனா
நன்றி: 'சன்ஷைன்' மனோஜ் கிருஷ்ணா
அட்டை II: தமன்னா



…களிர் மாத இதழ்!
என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்
மலர் : 29 இதழ் : 1 பிப்ரவரி 2009

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

அடுத்த இதழில்...



முதலீடு 64!

உங்கள் அபிமான
குட்டிபுக்கில்
நிதி ஆலோசனையாளர்கள்
வழங்கும்
டாபிகல்
டிப்ஸ்...

யூத் எடிஷன் பக்கங்கள்!



ஒரே
மசாலா!
ஒன்பது
வகை
சமையல்!

கமகம கலாட்டா!



சட்டென்று
மாறுது
வானிலை...

அனுராதா ரமணன்
எழுதும் யூத் சிறுகதை!



ஒரு வார்த்தை!

ஜனவரி 13. போகிப் பண்டிகையன்று எழுந்து. ஜன்னல் கதவுகளைத் திறந்த எனக்கு இனிய அதிர்ச்சி காத்திருந்தது. எப்போதும் பெரும் புகை மண்டலமாக மூச்சையடைக்கும் சென்னை, கொஞ்சம் தெளிவாகவே இருந்தது. உயிர் தப்பிய ரப்பர் டயர்கள், கந்தைத் துணி, ஈர மட்டைகளுடன் நானும் சந்தோஷப்பட்டேன்.

புகையில்லா போகியைக் கொண்டாடியதற்காக, சென்னை பெருநகர மக்களுக்கு நன்றி தெரிவித்து, மாசு கட்டுப்பாடு வாரியத் தலைவர் பாலகிருஷ்ணன் வெளியிட்ட அறிக்கையையும் நாளிதழ்கள் வெளியிட்டன.

அந்த சந்தோஷத்துக்கு அவ்வளவு அற்பமான ஆயுள் இருக்கணுமா என்ன?

காணும் பொங்கல் அன்று, பெருந்திரளான பொது மக்கள் மெரினா பீச், வண்டலூர் உயிரியல் பூங்கா, கிண்டி பூங்கா போன்ற இடங்களைக் குப்பைக் கூளமாக்கிச் சென்றதாக டி.வி.யில் காட்டினார்கள்.



பாலிதீன் கவர்கள், பிளாஸ்டிக் பாட்டில்கள், இன்ன பிற குப்பைகளை வங்காள விரிகுடா வெறுத்துத் தள்ளிவிட, உலகின் இரண்டாவது அழகிய நீண்ட கடற்கரையான மெரினா அசிங்கப்பட்டுப் போனது.

'போகி' அன்று பழைய குப்பைகளைப் போக்க வேண்டும், 'காணும் பொங்கல் அன்று குடும்பத்துடன் பல இடங்களுக்கும் போய் 'காண' வேண்டும் என்று எந்தப் புண்ணியவான், எந்த சாஸ்திரத்தில் சொல்லி வைத்தாரோ தெரியவில்லை. இம்மியும் பிசகாமல் பின்பற்றி, சுற்றுப்புறத்தை நாசம் செய்கிறோம். போகி அன்று கோலம் போட்ட கையோடு, குப்பையை எரிக்க ஆவன செய்வதும், 'பசங்களுக்கு எல்லாம் லீவு! பீச், அண்ணா சமாதி, போயிட்டு வரலாங்க!' என்று வீட்டில் நச்சரிப்பதும் பெரும்பாலும் பெண்கள்தான்!

(அப்பாடா! ஒருவழியாக பாயிண்டைப் பிடித்து விட்டேன் என்று நினைக்கிறேன்!)

பெண்களை வசீகரிக்கும் இன்னொரு விஷயம், குளுகுளு சூப்பர் மார்க்கெட்டுகள். இங்கே ஷாப்பிங் செய்வது நமக்கெல்லாம் பெருமிதமான அனுபவமாகிவிட்டது. இரண்டு ரூபாய் பெறுமானமுள்ள இஞ்சித் துண்டு ஒரு மெல்லிய பிளாஸ்டிக் பையில் போட்டு எடை போடப்படும். கால் கிலோ தக்காளிக்கு இன்னொரு பிளாஸ்டிக் பை இப்படி 'சரக் சரக்' என்று கிழித்துத் தரும் பிளாஸ்டிக் பைகளை, இன்னொரு பெரிய தடிமனான பிளாஸ்டிக் பையில் போட்டுத் தருவார்கள்.

அது மட்டுமா...? மளிகைக் கடையிலிருந்து வரும் பிளாஸ்டிக் கவர்கள், ஜவுளிக் கடைகளில் கேட்டு வாங்கும் பிளாஸ்டிக் பைகள், ஹோட்டலிலிருந்து பார்சல் செய்து



என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக
பரதன் அச்சகத்தில்
ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர்:
லக்ஷ்மி நடராஜன்

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32

பொறுப்பாசிரியர் : **அனுராதா சேகர்**

வடிவமைப்பு :
எஸ்.ஸ்டீஃபன், எம்.மோகன், ச.கார்த்திகேயன், பா.கோபால்

தொலைபேசி : 4343 8888
சந்தா பிரிவு : 4343 8833
தொலைநகல் : 044 - 4343 8899

மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com
விளம்பரப் பிரிவு :
marketing@kalkiweekly.com
சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com

சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ. 250/-
வெளிநாடு (விமானத்தபால்):
ஒரு வருடம் : ரூ. 2,200/-

Bharathan Publications Private Limited,
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

வரும் பிளாஸ்டிக் தட்டுகள், கிண்ணங்கள், காலி குளிர்பான பிளாஸ்டிக் பாட்டில்கள்... என வீடு முழுக்க தினமும் ஏதோ ரூபத்தில் வந்து சேரும் பிளாஸ்டிக் மலையை, மறுநாள் பெரியதொரு பிளாஸ்டிக் பையில் (பிளாஸ்டிக் குடம் வாங்கியபோது போட்டுத் தந்தது!) அடைத்து, வீட்டு வாசலில் ரொம்ப சின்சியராக வைத்து விடுகிறோம். மறுநாளே வெறும் கையை வீசிக்கொண்டு ஷாப்பிங் கிளம்பி விடுகிறோம், இன்னொரு கேரிபேக் கலெக்ஷனைச் செய்ய...!

பெண்கள் மனது வைத்தால் பிளாஸ்டிக்கை, பல ரூபங்களில் தவிர்க்கலாம் என்பதுதான் ஒற்றை வரி வேண்டுகோள்!

''கால் கிலோ கத்தரிக்காய், அரைக் கிலோ உருளைக் கிழங்கு வாங்கிட்டு வாங்க!'' என்று கணவரிடம் ஆர்டர் போடும்போதே, அவரது கையில் ஒரு துணிப்பையையோ, வயர்பின்னல் கூடையையோ கொடுக்கலாம்.

கையில் சுலபமாகப் பிடித்து வரக்கூடிய கீரைக் கட்டைக்கூட கேரி பேகில் போட்டுத் தரச் சொல்லி வற்புறுத்தாமலிருக்கலாம்.

''எக்ஸ்ட்ரா பை கொடுங்க!'' என்று ஜவுளிக்கடைகளில் மல்லுக்கு நிற்காமலிருக்கலாம்.

கைப்பையில் எப்போதும் ஒரு துணிப்பையை வைத்திருக்கும் பழக்கத்தை உண்டாக்கிக் கொள்வது நலம்!

''மேடம்... என்ன மஞ்சள் பையோட கிளம்பிட்டீங்க? கடைக்கா?'' என்று கேட்பார் நமது ஆதம்பாக்கம் வாசகி நிஷாஜி!

''ஏதோ என்னால் முடிஞ்ச சிறு உபகாரம்... என் தாய் மண்ணுக்கு!''என்பேன்.

அந்த உபகாரத்தை ம.மலர் வாசகியர் அனைவரும் சேர்ந்து செய்தால், குப்பையற்ற, பிளாஸ்டிக் மாசு அற்ற, சுத்தமான பூமி கிடைக்குமே! கூடவே போனஸாக சுகாதாரமான வாழ்வும் கிடைக்குமே!

நம்முடைய வாசகியர், கிட்டத்தட்ட 15 லட்சம் என்று வைத்துக் கொள்வோம். இந்தக் கொள்கையைத் தாங்களும் பின்பற்றி, இன்னும் இரண்டு பேருக்கு அறிவுறுத்தினாலே... எப்படிப்பட்ட பேரியக்கமாக மாறிவிடும்...?

Don't be a part of pollution; Be a part of the solution...!

பெண்கள் நினைச்சா முடியாததுனு ஏதாவது இருக்கா என்ன?

அனுஷா நடராஜன்

NATURE & SCIENCE
இணைந்து செயல்படுவதை கற்பனை செய்து பாருங்கள்

ஒரு Windmill என்பது nature and science கலவை. அதாவது காற்றின் சக்தியையும், தொழில்நுட்ப விஞ்ஞானத்தையும் உபயோகத்திற்கு ஏற்ற மின்சாரமாக மாற்றித் தருகிறது.

OSN 497 TAM

29 ஆண்டு மலர்

நாகையில் திரு கிருபானந்த வாரியார் சைவ சமயத்தைப் பற்றியும் நாயன்மார்கள் மகிமை பற்றியும் சொற்பொழிவு ஆற்றிக் கொண்டிருந்த சமயம். திருநீற்றின் சக்தி பற்றிப் பேசும்போது, "திருநீற்றை நெற்றியில் இட்டுக் கொண்டால், உள்ளம் தூய்மை பெறுகிறது, நல்வாழ்வு அமைகிறது, தெய்வ அருள் தேடி வருகிறது" என்று கூறிக்கொண்டே போனார். பேச்சை முடிக்கும் சமயத்தில்,

'திருநீறு நெற்றியில் இட்டார்
தாழ்ந்தார்
திருநீறு நெற்றியில் இடாதார்
வாழ்ந்தார்''

என்று சத்தமாகவும் அழுத்தந்திருத்தமாகவும் கூறினார்.

கூட்டம் அப்படியே ஸ்தம்பித்து விட்டது. ஒரே நிசப்தம். முன்னுக்குப் பின் முரணாக இப்படி பேசுகிறாரே என்று எண்ணி மக்கள் திகைத்தனர்.

திருவாரியாரும், சிறிது நேரம் மௌனம் சாதித்தார். பிறகு, கூறிய மூன்றாவது சொல்லை, பதம் பிரித்து, கேள்வியாக இவ்வாறு கேட்டார்.



கேள்வியாக மாறிய திருநீறு!

'திருநீறு நெற்றியில் இட்டு யார்
தாழ்ந்தார்?
திருநீறு நெற்றியில் இடாமல்
யார் வாழ்ந்தார்?'

பதில் 'இல்லை' என்பதுதான்.

இந்தக் குரல் கோஷம், வாரியாரின் நகைப்பு ஒலியுடன் சேர்ந்து வானை எட்டியது.

– ராதா கிருஷ்ணமூர்த்தி,
குடந்தை - 1

ஷூ லேஸ்களின் முனை இலேசாகப் பிரிவது போல இருக்கிறதா? டோன்ட் ஒர்ரி. உருகிய மெழுகில் சிறிது நனைத்து விரல்களால் நிமிண்டி முறுக்கி விட்டால், பிரியவே பிரியாது.

– ஆர். மீனலதா, மும்பை



NATURE & SCIENCE
இணைந்து ஒரு பாட்டிலுக்குள் இருப்பதாக கற்பனை செய்து பாருங்கள்

வழங்குகிறோம் புதிய காட்பரி
போர்ன்விட்டா. nature and
science இணைந்த சக்தி வாய்ந்த
ஒப்பற்ற இணை. கோகோ, பார்லி,
பால் மற்றும் குளுகோஸ்-ன்
இயற்கை நற்குணங்களுடன்
இதையும் தவிர 20 சக்தி
வாய்ந்த முக்கியத்துவமான
விஞ்ஞான மூல பொருட்கள்.
இவை உங்கள் குழந்தைகளை
சுறுசுறுப்பாகவும் உஷாராகவும்
வைக்கிறது. எனவே இது
உங்கள் குழந்தைகளை
இன்றைய வாழ்வின்
சவால்களை எதிர்கொள்ளத்
தகுந்தவர்களாக்குகிறது.





நீங்கள் சமீபத்தில் சென்று வந்ததில் மிகவும் பிடித்த அயல் நாட்டுச் சுற்றுலா எது?

- என்.பாலகிருஷ்ணன், மதுரை

கிட்டத்தட்ட எல்லா நாடுகளுக்கும் சென்று வந்துவிட்டோம். கேப்டனுக்கும் எனக்கும் நியூஸிலாந்து மிகவும் பிடித்தது. அமெரிக்கா, லண்டன், சிங்கப்பூர் என எந்த நாடு போனாலும், ரசிகர்களின் அன்புத் தொல்லைக்கு ஆளாவோம். ஆனால், நியூஸிலாந்தில் நாங்கள் நாங்களாகவே இருக்கலாம் என்பதால், விரும்பிப் போகத் தோன்றுகிறது.

உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு நீங்கள் சொல்லும் அறிவுரை என்ன?

- எஸ். மோகனஸ்ரீ, வில்லிவாக்கம்

''நல்லா படிக்கணும்!'' இது எல்லா பெற்றோரும் சொல்ற அறிவுரை!

''எளிமையா இருக்கணும், எல்லாருக்கும் உதவணும்!'' - இது நாங்க சொல்லி, அவங்க பின்பற்றிக் கொண்டிருக்கும் அறிவுரை!

'கேப்டன்' மனைவி பிரேமலதா... தே.மு.தி.க. கட்சித் தலைவரின் மனைவி - பிரேமலதா - இருவரில் உங்களைக் கவர்ந்தவர் யார்?

- வத்சலா சதாசிவன், சென்னை-64

கேப்டனின் மனைவியாக எனது, கடமைகளைச் செய்து



'அண்ணி

கொண்டு இருந்த எனக்கு, தலைவரின் மனைவியாக அவரோடு இணைந்து கட்சிக்காகவும், மக்களுக்காகவும் சேவை செய்யும் பாக்கியம் கிடைத்து உள்ளது. எனவே என்னைக் கவர்ந்தவர் தே.மு.தி.க. கட்சித் தலைவரின் மனைவி.

உங்களை 'அண்ணி' என்று மக்கள் அழைப்பதில் உங்களுக்கு ஆட்சேபணை எதுவுமில்லையா? அந்த அடைமொழி உங்களுக்குப் பிடிச்சிருக்கா?

- த. ஜெயலெட்சுமி கோபாலன், சென்னை - 64

நமது தமிழக கலாசாரத்தின்படி அண்ணனின் மனைவியை அண்ணி என்று அழைப்பது மரபு! இந்த அடைமொழி நானாக விரும்பிக் கேட்டுப் பெற்றதல்ல. கேப்டனின் மீது அளவு கடந்த அன்பை வைத்திருக்கும் எங்கள் தொண்டர்கள் மரியாதை காரணமாக, அன்பின் காரணமாக, பாசத்தோடு அழைக்கிறார்கள். அதை என் பாக்கியமாகக் கருதுகிறேன்.

சமீபத்தில் ரசித்துப் பார்த்த டீ.வி நிகழ்ச்சி? **- பா. கருணா, வயலூர்**

முயன்றால் நம்மாலும் முடியும் என்ற நம்பிக்கைக்கு வித்திட்ட அமெரிக்க அதிபர் 'ஒபாமா'வின் வெற்றி என்னைக் கவர்ந்தது. அவரது பதவியேற்பை டீ.வியில் பார்த்து பெருமிதப்பட்டேன்.

வன்முறைக் களமாக இருக்கும் அரசியலில் பெண்களால் சாதிக்க முடியுமா?

ஆர். நாகராஜன், சென்னை - 117

அகிம்சை முறையில் பெண்களால் சாதிக்க முடியும் என்று சுதந்திர போராட்டத்தில் பெண்களை அதிக அளவில் ஈடுபடுத்தினார் காந்தியடிகள். அதேபோல் வன்முறைக் களமாக, இருக்கும் நம் அரசியலை, பெண்களாலும், இளைஞர்களாலும் மாற்ற முடியும் என்று கேப்டன் ஆணித்தரமாக நம்புகிறார். நிச்சயம் சாதிப்பார்.

அரசியலில் தீவிரமாக இறங்கிவிட்டால், குடும்பத்தைக் கவனிப்பது சிரமமாக இருக்காதா?

- என். பாலகிருஷ்ணன், மதுரை - 1

அப்படியெல்லாம் ஒரு சிரமமுமில்லை! கணவருக்கும், குடும்பத்துக்கும், எங்கள் குழந்தைகளுக்கும் செய்ய வேண்டிய அனைத்துப் பணிகளையும் நானே முன் நின்று செய்வேன். மீதி நேரத்தில் கணவரின் வேலைகளுக்குப் பக்கபலமாக இருப்பேன்.

சமீபத்திய (திருமங்கலம்) தேர்தல் பிரசாரத்தில் கிராம

பெப்பர் பாப்கார்ன்



2 ஆண்டு மலர்

என்ற அடைமொழி பிடிச்சிருக்கா?

வாசகியரின் 'பளீர்' கேள்விகளுக்கு பிரேமலதா விஜயகாந்த் தந்த 'பளிச்' பதில்கள்!

மக்களை நேரடியாகச் சந்தித்தபோது தாங்கள் உணர்ந்தது என்ன?

- அ. யாழினி பர்வதம், சென்னை - 78

மிகவும் அன்பான, பாசமான மக்களை எங்களால் பார்க்க முடிந்தது. ஆனால், அவர்கள் வறுமையின் காரணமாகப் பணத்துக்கு அடிபணிந்து, வன்முறையாளர்களின் அச்சுறுத்தலுக்குப் பயந்து தங்கள் நிலையை மாற்ற வேண்டிய நிலைமைக்கு அவர்கள் தள்ளப்பட்டார்களே என்று நினைக்கும்போது வேதனையாக உள்ளது.

சமீபத்தில் தங்கள் மனத்தைப் பாதித்த சம்பவம் பற்றி...

- காளிதாஸ், சிதம்பரம்





அடுத்த 'பெப்பர் பாப்கார்னில்' தென்கச்சி சுவாமிநாதன் பதிலளிக்கிறார். வாசகியர் ஜாலி கேள்விகளை அனுப்பலாம்!

சட்டத்தின் மூலம் நீதியைக் காக்க வேண்டிய சட்டக் கல்லூரி மாணவர்கள், யாரோ சுயநல அரசியல்வாதிகளுக்காக இவர்கள் பகடைக்காய்களாக மாறி ஒருவரை ஒருவர் கொலை வெறியுடன் தாக்கிக் கொண்டதும், அதைப் பத்தடி தூரத்தில் நின்றுகொண்டு காவல்துறையினர் வேடிக்கை பார்த்ததும் வேதனை தந்தது. அமைதிப் பூங்காவாக இருக்கவேண்டிய நமது தமிழகம் எதை நோக்கிச் சென்றுகொண்டு இருக்கிறது என்கின்ற மில்லியன் டாலர் கேள்விதான் சமீபத்தில் என் மனத்தை மிகவும் பாதித்த ஒன்று.

அரசியலுக்கு வருவதற்கு முன்னர் தங்கள் கணவர் செய்த சமூக சேவைகளில் தங்களைக் கவர்ந்தது எது?

- ஆர்.பி. ஜெயச்சந்திரன், பூனாம்பாளையம்

நடிகராக ஏறக்குறைய 25 ஆண்டுகளாக தாம் சம்பாதித்த பணத்தில் இருந்து எவ்வளவோ செய்து வருகிறார். ஊனமுற்றவர்களுக்கு, மாணவர்களுக்கு, விதவைத் தாய்மார்களுக்கு, கல்விக்கு, இலவசத் திருமணங்கள், அன்னதானங்கள்... என்று சொல்லிக்கொண்டே போகலாம். அரசியல் பிரவேச எண்ணம் இல்லாமலேயே பல ஆண்டுகளாக மக்களுக்கு அவர் செய்த பல சமூக சேவைகளும், உதவிகளும்தான் அவரிடம் என்னை மிகவும் கவர்ந்த விஷயம்.

உங்க வீட்டு வளர்ப்புச் செல்லங்கள் பற்றிச் சொல்லுங்க?

- வி. சிவபிரகாசம், திண்டுக்கல்

நாங்கள் பொதுவாகவே நாய்களை வளர்ப்பதில் ஆர்வம் உடையவர்கள். பக், டால்மேஷன், ராஜபாளையம் என பல் வகை செல்லங்களை வளர்க்கிறோம். என் கணவர் தமது சிறுவயதில் ஜூலி, சீஸர் என இரண்டு நாய்களைப் பாசத்துடன் வளர்த்தாராம். அவற்றின் நினைவாக நாங்கள் இப்போது வளர்க்கும் நாய்களுக்கும் இந்தப் பெயர்களைத்தான் சூட்டுகிறோம். அதேபோல என் கணவர் வெளியே போய்விட்டு வந்தால், முதலில் செல்லங்களைக் கொஞ்சிவிட்டு அப்புறம்தான் எங்களுடனே பேசுவார்.

கடவுள் பக்தி உண்டா?

- எம்.கே.வசந்தன், பெருங்களத்தூர்

நிறையவே! நான் மேல்மருவத்தூர் ஆதிபராசக்தியின் பக்தை!

கணவருடன் ஜோடி சேர்ந்த நடிகையரில் தங்களை மிகவும் கவர்ந்தவர் யார்?

- எஸ். குணசுந்தரி, கோவை - 3

ராதா... ராதிகா... பானுப்ரியா! அவரது உயரத்துக்கும் தோற்றத்துக்கும் மிகப் பொருத்தமானவர்கள் இவர்களே!



வாழ்வியல்

அன்பு மலரட்டும்!

இது கல்யாண சீசன். திருமணம் என்ற பெயரால் இணையும் குடும்பங்களுக்கு இடையே சுமுகமான உறவும், மனித நேயமும், அன்பும் மலர இதோ சில டிப்ஸ்...

★ திருமணத்தன்று பேசும் வார்த்தைகளும், நடந்துகொள்ளும் முறைகளும் அன்றோடு போய் விடுவதில்லை. அது மிகப் பெரிய அஸ்திவாரம். பல ஆண்டுகள் மனத்தில் இருந்து அகலாது. அதனால், இனிய வார்த்தைகள், புரிந்து கொள்ளுதல், உதவி செய்தல் போன்ற ஐட்டங்களும், திருமண மெனுவில் இருக்க வேண்டியது அவசியம்.

★ இன்றையப் பொருளாதார சூழ்நிலையை மனத்தில் கொண்டு, எதிர்பார்ப்புகளைக் குறைத்துக் கொள்வது இரு மண வீட்டாருக்கு மட்டும் அல்ல, சொந்த பந்தங்களுக்கும் மிக மிக அவசியம். ஆடம்பரம் தவிர்!

★ இன்றைக்கு பெண்ணும், ஆணுக்கு நிகரான பொருளாதார அந்தஸ்து, கல்வி எல்லாம் பெற்றுள்ள சூழலில், திருமணச் செலவையும் சில வேலைகளையும் ஏன் இரு வீட்டாரும் பகிர்ந்து கொள்ளக் கூடாது? பகிர்ந்து கொள்ளுதலும், புரிந்து கொள்ளுதலும் எதிர்கால நிலையான உறவுக்கு மிகப் பெரிய பலம்.

★ இரு குடும்பங்களும் புது உறவில் நுழையும் தருணத்தில், சுற்றி இருப்பவரின் எதிர்மறை எண்ணங்களாலும், பேச்சாலும் தூண்டப்படாமல், நல்ல எண்ணங்களாலும், நம்பிக்கையாலும், அன்பாலும் உங்கள் மனத்தை நிரப்பி, உறவை வரவேற்கத் தயாராகுங்கள்.

★ நடை, உடை, பாவனை இவை மூன்றும் சரியாக இருந்தால் மதிப்பு, மரியாதை, அன்பு எல்லாம் தானாகவே வரும். அதனால் எந்த எதிர்பார்ப்பும் இல்லாமல், திறந்த மனத்துடன் புது உறவை எதிர்கொள்ளுங்கள்.

★ திருமணம் முடிந்ததும், மனம் திறந்த உங்கள் பாராட்டுதல்களையும், நன்றி உணர்வையும் அன்பில் கலந்து பரிமாறிக் கொள்ளுங்கள்.

இவை எல்லாமே குடும்ப உறவில் தீவிரவாதம் நுழையாமல் தடுக்கும் சக்திகள்!



– ஜெயந்தி ரமேஷ், சிங்கப்பூர்

குக்கரி க்வீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி



குக்கரி தர்பாரில் கலந்துக் கொள்ள சமையல் ராணிகளை அழைக்கிறோம். ஒரிஜினல் சமையல் குறிப்புகளைத் தெளிவாக எழுதி, கீழே உள்ள கூப்பனையும் நிரப்பி அனுப்புங்க. தேர்ந்தெடுக்கப்படும் ஐந்து ரெஸிபிகளுக்கு தலா ரூ.250/- பரிசு!

குக்கரி க்வீன் சமையல் போட்டி (பிப்ரவரி)

கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் :

கடலை மாவு + சர்க்கரை

பெயர் : ....

முகவரி : ....

....

....

கடைசித் தேதி : 25.2.2009



* கணக்கு வாத்தியாருக்குப் பிடித்தது பாய'சம்'
* ஸ்டேஷன் மாஸ்டருக்குப் பிடித்தது 'பச்சை'க் காய்கறி
* அரசியல்வாதிக்குப் பிடித்தது 'ஓட்'ஸ் கஞ்சி
* மேஸ்திரிக்குப் பிடித்தது பொங்'கல்'
* டாக்டருக்குப் பிடித்தது 'நர்ஸு'ஸ் காபி
* மாணவனுக்குப் பிடித்தது சாக்'லேட்'
* பாடகருக்குப் பிடித்தது 'காப்பி'
* பால்காரிக்குப் பிடித்தது 'நீர் ஆகாரம்'
* அம்மாவுக்குப் பிடித்தது 'ஸன்'ரைஸ்
* வைன்ஷாப் ஓனருக்குப் பிடித்தது சாம்'பார்'!
* லாண்டரிக்காரருக்குப் பிடித்தது 'துவை'யல்
* வேலைக்காரிக்குப் பிடித்தது 'கூட்டு'
* எலக்ட்ரிகல் இன்ஜினியருக்குப் பிடித்தது பிஸ்'கட்'

– ஆர். பார்வதி, சென்னை – 53

என்ன பொருத்தமோ?



சமையலறை சாதனங்கள் ஸ்பெஷல்

Prestige™

Issue 3 • 2008

டிஸ்கவர் ஃப்ரீடம்

சமைக்கும்போது சமையலறையிலேயே இருக்க தேவையில்லை



SRWC 1.8

சிறப்பான சமையல்
வேகமான சமையல்

மாஸ்டர் செஃப்

அரிசி, கறிவகைகள், சூப்கள், இட்லி மற்றும் இன்னும் அநேகம் தயாரிக்கலாம்.



அருமையான விருந்திற்கு சுவையான ரெசிபிக்கள்



ரூ. 5,000 பரிசு அறிவுப்போட்டி-12 பரிசுபெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்!

1. ராஜலெட்சுமி, சென்னை - 83, 2. உஷா இராமமூர்த்தி, கொல்கத்தா - 29, 3. மு. சீதா, பள்ளிக்கரணை, 4. ஆர். பானுமதி, கூத்தப்பாக்கம், 5. எம். உஷா, கோயம்புத்தூர் - 9, 6. எஸ். வீரராகவன், திருக்காட்டுப் பள்ளி, 7. சுஜாதா சம்பத், பாலக்காடு - 9, 8. எஸ். செந்தில், திண்டுக்கல் - 5, 9. பி. ராஜேஸ்வரி, கள்ளக்குறிச்சி, 10. ஜெகதா ராமன், பூனே - 11, 11. ரா. மஞ்சுளா, நாகப் பட்டினம், 12. ஏ. சுமதி, ஆற்காடு, 13. மீனாட்சி ஜெயராமன், கொல்கத்தா - 19, 14. கே. தேவி மாலினி, புதுச்சேரி - 11, 15. எஸ். சாரதா, பேரூர், 16. ஆர். ஸ்ரீனிவாசன், கூடுவாஞ்சேரி, 17. எம். சகுந்தலா, அம்மா பேட்டை, 18. எஸ். வரதராஜன், மதுரை - 16, 19. மாலதி திருமலைநம்பி, திருப்பத்தூர், 20. கே. சரோஜா, சென்னை - 83.

ஜனவரி 2009ல் வெளியான அறிவுப் போட்டி-12 விடைகள்

1) ஷீலா தீட்சித், 2. ஐரோப்பிய யூனியன், 3, ப. சிதம்பரம், 4. ஜே.சி.போஸ், 5. மரபணு மாற்றப்பட்ட விதைகள், 6. ஒட்டகம், 7. கோமாளிகள், 8, டோனி, 9. இஸ்லாம், 10. சாலிக்கிராமம்

ஸ்ரீ மகா லக்ஷ்மிக்கு மிகவும் விருப்பமான தாமரை மலர் கொண்டு வெள்ளிக் கிழமையன்று பூஜித்தால் சகல சௌபாக்யங்களும் வந்தடையும்.

ஸ்ரீ ஸுக்தத்தில் ஸ்ரீ லக்ஷ்மி தேவியைத் துதித்துப் பாடும் பாடலில் இவ்வாறு கூறப் படுகிறது.

'பத்மப் பிரியே பத்மினி பத்ம ஹஸ்தே
பத்மாலயே பத்ம தளாய தாக்ஷி
விஸ்வப் பிரியே விஷ்ணு மனோனுகூலே
த்வத் பாத பத்மம் மயி ஸந்நிதத்ஸ்வ:



இதன் பொருள்:

'தாமரை மலரை விரும்புபவளே, பத்ம நிதியை உடையவளே, தாமரை மலரைக் கைகளில் ஏந்தியிருப்பவளே, தாமரை மலரில் வாழ்பவளே, தாமரை மலர் போன்ற கண்களை உடையவளே, உலகத்தார் அனைவராலும் விரும்பப் படுபவளே, ஸ்ரீ மகா விஷ்ணுவின் மனத்திற்கு உகந்தவளே, செந்தாமரை மலர் போன்ற உன் பாத கமலங்களில் என் தலையை வைத்து நமஸ்கரிக்கின்றேன். அனுக்கிரஹம் செய்வாயாக' என்பதாகும்.

– லதா சுந்தரராஜன்,
கல்பாக்கம்


Pt
PLATINUM
T.NAGAR LKS
Since 1925
PLATINUM.
THE MARK OF
A MAN APART.
A distinguished range of
platinum jewellery for men,
now available at T.Nagar LKS.

அழகா

அழகுக் கலைஞர் நேச்சுரல்ஸ் வீணா பதிலளிக்கிறார்!

என் முகத்தில் கரும் புள்ளிகள் அதிகமாக உள்ளன. அதற்கு என்ன செய்ய?

- எஸ். அம்சவல்லி, வெண்ணைமலை

முகத்தில் தோன்றும் கரும் புள்ளிகளுக்குக் காரணம் சருமத்தில் ஏற்படுகிற பிக்மென்டேஷனா அல்லது வெயிலில் போனால் ஏற்படுகிற கருமை நிறமா என்று முதலில் பரிசோதித்துக் கொள்ளுங்கள். பிக்மென்டேஷன் என்றால் அதற்கு சற்று நீண்ட சிகிச்சை தேவை. சாதாரண கரும்புள்ளிகள் என்றால்... இப்படி செய்து பாருங்களேன்... புதினா இலைகளை அரைத்துக் கொஞ்சம் ரோஸ் வாட்டர் கலந்து முகத்தில் தடவுங்கள்... அல்லது பச்சைப் பட்டாணியை அரைத்து எலுமிச்சை சாறு, பால், ரோஸ் வாட்டர் கலந்து முகத்தில் தடவி கொஞ்சம் நேரம் ஊறியதும் கழுவலாம். 'Freckles' எனப்படும் அழுக்குக் கரும் புள்ளிகளுக்கு இது பயனுள்ள சிகிச்சை.



பெண்கள் ஒருமுறை 'பியூட்டி பார்லர்' சென்று அழகு படுத்திக்கொண்டால் தவறாது 'பியூட்டி பார்லர்' போக வேண்டும். இல்லையென்றால் முகச் சுருக்கம், முகக் கருப்பு விழுந்து விடும் என்கிறார்களே உண்மையா?

- டி. கௌரி துரைசாமி, கம்பம்

நிச்சயமாய் உண்மை இல்லை. வீட்டில் நேரம் கிடைக்காதபோது (அல்லது செய்யத் தெரியாததால்) நமது சரும பாதுகாப்புக்காக மாதம் ஒருமுறை அழகு நிலையம் செல்லலாம். வீட்டிலேயே செய்யத் தெரிந்து கொண்டாலும்கூட மூன்று மாதத்துக்கு ஒருமுறை அழகு நிலையம் சென்று நமது சருமத்தின் பொலிவை அதிகரித்துக் கொள்ளலாமே! எதையும் முறைப்படி செய்வது நலம் என்பதால் அழகு நிலையத்தை நாடுகிறோம். அடிக்கடி அழகு நிலையம் போகாவிட்டால் சுருக்கம் விழும் என்பதெல்லாம் சும்மா கதை!

எனக்கு 58 வயது. தேங்காய் எண்ணெய் பயன்படுத்துகிறேன். எனது முடியின் நுனியில் மட்டும் இல்லாமல் முடியின் நடுவிலும் பிளவுகள் உள்ளன. அங்கங்கு மடித்தால் போல இருக்கும் சில முடிகளைத் தொட்டாலே ஒடிந்து விடுகின்றன. இதை சரி செய்ய முடியுமா?

- சரஸ்வதி, மார்கவோ

நீங்கள் ரொம்ப நாளாக தலைக்கு 'டை' அடித்து வருபவரா சரஸ்வதி? தரமற்ற தலைச்சாயம், ஹென்னா இவற்றைத் தொடர்ந்து உபயோகித்து வந்தால், கூந்தலின் மிருதுத் தன்மை பாதிக்கப்படும். 'டை'யில் உள்ள இரசாயனப் பொருள் கூந்தல் மேல் கோட் ஆகிக் கொண்டே வரும். இதனால் முடி பிளவுபட்டு உடைந்து போகிறது.

நல்ல தரமான 'டை'யாக உபயோகியுங்கள். அடர்த்தியான, கெட்டிச் சாயங்களைத் தவிர்க்கவும்.



கேளுங்க!

வெளியில் வேலைக்குச் செல்வதால் என்னுடைய நிறம் மிகவும் கறுத்துவிட்டது. பழைய நிறம் பெற ஏதேனும் உபாயம் சொல்லுங்களேன்...

- அமீனா ஷக்கீல், அகோலா

வெயிலில் அலைவதால் உங்கள் சருமம் 'ஸன்-டேன்' ஆகியிருக்கிறது மீனா. வெளியில் செல்லும் முன் சன் க்ரீம் உபயோகியுங்கள். எளிய ஃபேஷியலும் செய்து கொள்ளலாம். எலுமிச்சை சாற்றில் சிறிது ரோஸ் வாட்டர் விட்டு முகத்தில் தடவி வந்தால் இயற்கையாக ப்ளீச் ஆகும். உங்களுக்கு உலர்ந்த சருமம் என்றால் ஆலிவ் எண்ணெயில் சில சொட்டு வினிகர் விட்டு முகத்தில் தடவி (கை கால்களிலும் தடவலாம்) சிறிது ஊறிய பின் அலம்பினால் முகத்துக்கு இயற்கையான பிளீச்சும் பளபளப்பும் கிடைக்கும்.

'Laser Resurfacing' சிகிச்சை மூலம் முகச் சுருக்கங்களை முற்றிலுமாக நீக்க முடியுமா! இதற்கு வயது வரம்பு இருக்கிறதா?

- ஆர். உமாகாந்தன், தஞ்சாவூர்

லேஸர் ரீசர்ஃபேஸிங் மூலம் முகச் சுருக்கத்தை நீக்க முடியும். ஆனால் இதைக் கண்டிப்பாக தகுந்த சரும சிகிச்சை நிபுணர் மூலம்தான் செய்ய வேண்டும். வயது பற்றி எல்லாம் அவரே தீர்மானித்துத் அதற்கேற்ப சிகிச்சை அளிப்பார். அநேக அழகு நிலையங்களில் இம்முறையைப் பின்பற்றுவதில்லை.

29 ஆண்டு மலர்



அசத்திய 60!

சமீபத்தில் எங்களது நெருங்கிய நண்பர் ஒருவருக்கு சஷ்டியப்த பூர்த்தி நடைபெற்றது. அதற்கான அழைப்பிதழைப் பார்த்தபோது பெரும் ஆச்சர்யம் ஏற்பட்டது. அந்த அழைப்பிதழில் இப்படிக்கு என்பதற்குக் கீழே இருபத்தெட்டு பெயர்கள் குறிப்பிடப்பட்டிருந்தன.

பொதுவாக பிள்ளைகளும் பெண்களும் சேர்ந்து தங்கள் பெற்றோர்களுக்கு அறுபதாம் கல்யாணத்தை நடத்தி வைப்பதுதான் வழக்கம். ஆனால், இந்தத் தம்பதிக்கு குழந்தைகள் இல்லாத காரணத்தால், கூட பிறந்தவர்களது குழந்தைகள் அனைவரும் செலவையும் பொறுப்பையும் பகிர்ந்துகொண்டு இந்த விழாவை மிகச் சிறப்பாக நடத்தி வைத்தார்கள். மனத்தை நெகிழ செய்த ஒரு வைபவமாக இந்த நிகழ்ச்சி இருந்தது.

இந்தத் தம்பதியின் கல்யாணமும் இதே கல்யாண மண்டபத்தில்தான் நடைபெற்றதாம். கல்யாணத்துக்கு புகைப்படம் எடுத்த அதே புகைப்படக்காரர்தான் அறுபதாம் கல்யாணத்துக்கும் போட்டோ எடுத்தாராம்!

- பாரதி, சென்னை - 17



தலைமுடிக்கு டை போடத் தயாராகும்போது, பக்கத்தில் ஒரு கிண்ணத்தில் எலுமிச்சைப் பழச் சாற்றினை வைத்திருக்கவும். கவனக் குறைவால் துணியில் கறைப்பட்டால் இந்தச் சாற்றைப் பயன்படுத்தி உடனுக்குடன் கறையைப் போக்கி விடலாம்.

- வீ. லோகநாதன், சூத்தப்பாக்கம்



சட்டம் என்ன

மலேசியாவில் வசிக்கும் ஒரு பெண்மணி என்னை வந்து சந்தித்தார். ''சில மாதங்களுக்கு முன்பு, நான் இந்தியாவுக்கு வந்திருந்தபோது, என் அப்பாவைச் சந்தித்துப் பேசினேன். அப்போது அவர், தனக்குச் சொந்தமான ஒரு குறிப்பிட்ட சொத்தை, தனக்குப் பிறகு எனக்குத் தருவதாக உயில் எழுதப் போவதாகக் கூறினார். அண்மையில் என்னுடைய அப்பா இறந்து விட்டார். ஆனால், இப்போது எனது சகோதரன், ''அப்பா இறப்பதற்கு முன் எழுதிய உயில்'' என்பதாக ஒரு உயிலைக் காட்டினான். அதில் ஏற்கெனவே எனக்குத் தருவதாகச் சொன்ன சொத்தை என் சகோதரனுடைய பெயருக்கு அப்பா எழுதி வைத்திருந்தார். எப்படி இந்த மனமாற்றம் நிகழ்ந்தது என்று புரியவில்லை? இதற்குச் சட்டபூர்வமாக ஏதாவது தீர்வு காண முடியுமா?'' என்று கேட்டார்.

அந்தப் பெண்ணுடன் பேசியதில், அவருடைய அப்பா, உடல்நலம் குன்றி, ஆஸ்பத்திரியில் இருந்தபோது அப்படி ஒரு உயிலை எழுதியிருக்கிறார் என்றும், அந்த உயில் பதிவுசெய்யப்படவில்லை என்றும்



சென்னை உயர்நீதிமன்றத்தில் வழக்கறிஞராகப் பணியாற்றும் **பாலா நடராஜன்** கறுப்புக் கோட்டு மாட்ட ஆரம்பித்து சுமார் 35 வருடங்களாகின்றன. வானொலி, டீ.வி. நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்று சட்டம் சம்மந்தப்பட்ட விஷயங்களைப் பேசி வருகிறார்.

தெரியவந்தது. அப்படியானால், அவர் உடல்நலத்துடன் வீட்டில் இருக்கும் போதே ஏன் உயிலை எழுதவில்லை? உயிலை ஏன் பதிவுசெய்யவில்லை? என்ற கேள்விகள் எழுந்தன. பதிவாளர் அலுவலகம் சென்றோ அல்லது அப்படிப் போக முடியாதபட்சத்தில் பதிவாளரை தன்னுடைய இடத்துக்கே வரவழைத்தோ உயிலைப் பதிவுசெய்ய முடியும். அப்படிப் பதிவுசெய்யும்போது, பதிவாளர், ''நீங்கள் ஆஸ்பத்திரியில் இருந்தபோது உயிலை எழுதியிருக்கிறார்; அதனைப் பதிவு செய்யவில்லை என்பதால், முதியவரை நிர்ப்பந்தப்படுத்தி, தனக்குச் சாதகமாக உயிலை எழுதும்படி செய்திருக்கலாம் என்ற சந்தேகத்துக்கு இடமிருக்கிறது. அந்த அடிப்படையில், அந்த மலேசியப் பெண்ணின் சார்பில்

சொல்கிறது?



சுயநினைவுடன் உயிலை எழுதி இருக்கிறீர்களா? யாராவது உங்களை நிர்ப்பந்தப்படுத்தி இப்படி எழுதும்படிச் சொன்னார்களா?'' என்பன போன்று பல்வேறு கேள்விகளையும் கேட்டு உயிலின் நம்பகத் தன்மையை உறு திப்படுத்திக் கொண்டு, அதன் பிறகே உயிலைப் பதிவுசெய்வார்.

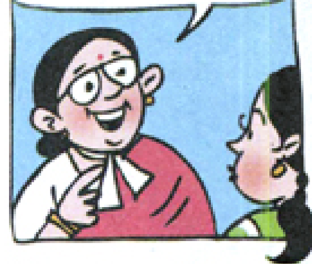
ஆனால் இந்தக் குறிப்பிட்ட கேசில், உயில் எழுதிய முதியவர் உடல்நலமின்றி



வழக்கு தொடர்ந்தேன். ஆனாலும், ஒரே குடும்பத்தைச் சேர்ந்த ரத்த சம்பந்தமுள்ள சகோதரனும், சகோதரியும் கோர்ட்டில் மோது வதைத் தவிர்க்க முடியுமா? என்ற கோணத்திலும் சிந்தித்தேன். அவர்கள் தரப்பு வக்கீலுடன் பேசினேன். இரு குடும்பத்தினரும் உட்கார்ந்து பேசி







ளார்கள். அப்பாவின் சொத்தில் தனது சகோதரிகளுக்கும் பங்குதர சகோதரனும் ஒப்புக்கொண்டார். வழக்கு சுமுகமாக முடிந்தது.

ஒருவேளை அந்தப் பெண்ணுக்கு பங்கு தர மறுத்து வழக்கு நடந்திருந்தால், முதியவருக்கு சிகிச்சையளித்த டாக்டர்களை வரவழைத்து, அவரது உடல்நிலை, மனநிலை ஆகியவை எப்படி இருந்தன என்று விசாரித்திருப்போம். அந்த முதியவருக்கு முழுமையான சுயநினைவு இல்லாமல் இருந்ததாகத் தெரிய வந்தால், அந்த உயிலே செல்லாது என கோர்ட் தீர்ப்பு அளித்திருக்கும்.

சார்! ஒருமுறை எழுதிய உயில் ஆயுசுக்கும் இறுதியானதா? அதில் அவசியமானால் சில மாற்றங்களைச் செய்ய முடியாதா? இந்தத் தேசத்தின் தலையெழுத்தை நிர்ணயிக்கும் அரசியல் சாசன சட்டத்திலேயே திருத்தங்கள் செய்யப்படுகிறபோது, நீங்கள் உங்கள் சொத்து குறித்து எழுதிய உயிலிலா மாற்றம் செய்ய முடியாது? பதிவுசெய்யாத உயில் என்றால், பழைய உயிலை எடுத்து சுக்குநூறாய்க் கிழித்துப் போட்டுவிட்டு, வேறு எழுதிவிடலாம். பதிவுசெய்த உயிலாக இருந்தாலும் ஒன்றும் முழுகிவிடாது. ஏற்கெனவே எழுதிய உயிலில் சில

உயிலைப் பற்றி ஒருசில அடிப்படையான விவரங்கள்!

* சட்டத்தின் பார்வையில் மேஜரானவர்கள் (பதினெட்டு வயதானவர்) மட்டுமே உயில் எழுத முடியும்;
* ஒருவர் தனக்குப் பரம்பரையாக வந்த அல்லது சுயமாகச் சம்பாதித்த சொத்தைத்தான் வேறு ஒருவருக்கு உயில் மூலமாக எழுதித் தர முடியும். அதாவது அடுத்தவரது சொத்துக்கு நாம் உயில் எழுத முடியாது.
* எந்தச் சொத்தை யாருக்கு எழுதி வைக்கிறேன் என்பதை உயிலில் தெளிவாகக் குறிப்பிட வேண்டும்.
* உயிலை ஒருவர் சுய நினைவோடு இருக்கும்போது, பிறரது

அம்சங்களை மாற்ற விரும்பினால், சுய நினைவோடு, எவரது தூண்டுதலும் இல்லாமல், அதிகாரத்துக்கு அடி பணியாமல் விருப்பப்படி மாற்றங்கள் செய்து அதனை மீண்டும் பதிவு செய்யலாம்.

முதலில் எழுதிய உயிலை முழுமையாக ரத்து செய்துவிட்டு, முற்றிலும் வேறாக ஒரு உயிலைக் கூட ஒருவர் எழுதலாம். அதில், ஏற்கெனவே எழுதிய உயில் இதன் மூலம் ரத்து ஆவதாகவும் குறிப்பிடலாம்.

ஒரு உயிலுக்கு எப்போது உயிர் வரும்? அதை எழுதியவரது உயிர் போன பிறகுதான். அது ரெஜிஸ்தர் செய்யப்பட்ட உயிலானாலும் சரி! செய்யாத உயிலானாலும் சரி!

உங்கள் அப்பா எழுதின உயில்படி, அவர் மரணம் அடைந்த மறுநிமிடமே சொத்து உங்கள் கைக்கு வந்துவிடுமா? அது சம்பந்தமாக ஒரு சட்ட நுணுக்கம் உள்ளது. 'சார்டர்டு சிட்டீஸ்' என்று குறிப்பிடப்படும் சென்னை, மும்பை, கொல்கத்தா மூன்று பெருநகரங்களின் கோர்ட் எல்லைக்குட்பட்ட பகுதியில் உயில் எழுதியவர் வசித்தாலோ அல்லது உயிலில் குறிப்பிடப்படும் சொத்து இருந்தாலோ, ரெஜிஸ்தர் செய்த, செய்யாத உயிலை கோர்ட்டில் சமர்ப்பித்து, அதில் யாருக்காவது ஆட்சேபணை இருக்குமானால் அது விசாரிக்கப்பட்டு, உங்களுக்குச் சாதகமாக தீர்ப்பு வந்த பிறகு, உரிய பதிவுக்கட்டணம் செலுத்திய பிறகு, உங்கள் பெயருக்கு சொத்து மாற்றப்படும். சார்டர்டு சிட்டீஸ் வட்டத்துக்குள் வராதவர்கள் அதிருஷ்டசாலிகள்தான்! அளவுக்கு அதிகமாகவோ அல்லது குறைவாகவோ வந்தாலும், அது அப்படியே நீங்கள் உயிலில் குறிப்பிட்டுள்ளவருக்குப் போய்ச் சேரும்.''

ஒருவர் தன் சொத்து குறித்து எந்த உயிலும் எழுதாமலே இறந்து விட்டார் என்றால்? இதுபற்றி சொத்து சம்பந்தமான சட்டங்கள் பற்றிச் சொல்லும்போது விவரமாக விளக்குகிறேன்.

ஒருவர் தன் சொத்துக்களை உயிலுக்குப் பதிலாக செட்டில்மெண்ட் பத்திரம் மூலமாகவும் தன் விருப்பத்துக்கேற்ப பிரித்துக் கொடுக்க சட்டத்தில் இடமுண்டு. செட்டில்மெண்ட் பத்திரம் என்றால் என்ன? அதற்கும், உயிலுக்கும் என்ன வித்தியாசம், இரண்டுக்கும் உரிய சாதக, பாதகங்கள் இவை பற்றி அடுத்த மாதம் பார்க்கலாமா?

(தொடரும்)

எழுத்து வடிவம் :
எஸ். சந்திரமௌலி



தூண்டுதல் இல்லாமல், அதிகாரத்துக்கு உட்படாமல், தன் விருப்பப்படி எழுத வேண்டும். இதை உயிலிலும் தெளிவாகக் குறிப்பிட வேண்டும்.

* உயிலை எழுதியதும், சாட்சியாக இரண்டு பேர் கையெழுத்திட்ட பிறகு, அதை பதிவாளர் முன்னிலையில் சட்டப்படி பதிவு செய்ய வேண்டும். ஆனால், உயிலை பதிவுசெய்தே ஆக வேண்டும் என்ற கட்டாயமில்லை. பதிவு செய்யப்படாவிட்டாலும் கூட உயில் செல்லுபடியாகும்.

" உன்னால் முடியலையே! "

29 ஆண்டு மலர்

குட்டிக்கதை

நகர வாழ்க்கையில் தொல்லைகளிலிருந்து நகர்ந்து வந்து, ஒரு குன்றின் மேல் கூடாரம் அமைத்து, இறைவனுடன் தனிமையில் கழிக்க முடிவு செய்தார் ஒரு பக்தர். தினமும் தான் உண்ணுமுன், இரண்டு தட்டுகளில் உணவு படைத்து 'தனிமையில் நான் உண்கிறேன். பகிர்ந்து கொள்ள யாரை யாவது அனுப்ப மாட்டாயா?' என்று மனமுருகி வேண்டிக் கொள்வார். பின்னர் தான் மட்டும் தனியாக உண்டுவிட்டு உறங்கச் செல்வார்.

ஒருநாள் இரவு பலத்த இடி, மழை. உணவு படைத்துவிட்டு தினமும் சொல்லும் பிரார்த்தனையை பக்தர் கூறலானார். அப்போது பலமாகக் கதவு தட்டப்படும் சத்தம் கேட்டது. பதறிப் போய் திறந்து பார்த்தார் பக்தர். குளிரில் நடுங்கியபடி முழுவதும் நனைந்து நிற்கும் ஒரு முதியவர் தென்பட்டார். பக்தருக்கு மகிழ்ச்சி கரை புரண்டோடியது.

''வாருங்கள் ஐயா!'' என்று அவரை அழைத்துப் போய், உலர்ந்த துணிகளைக் கொடுத்தவர், ''சூடாக என்னுடன் உணவு அருந்துங்கள்'' என்று வேண்டிக் கொண்டார். இரண்டு மூன்று நாட்களாக பட்டினியுடன் தவித்த அந்த முதியவர், உடனே உண்ண ஆரம்பித்தார்.

பக்தர் அவரைத் தடுத்து ''முதலில் கடவுளுக்கு நன்றி கூறிவிட்டு பிறகு உண்ணலாம்'' என்று கேட்டுக்கொண்டார். ஆனால் அந்த முதியவரோ ''என்னை இந்த நிலைக்கு தள்ளிய கடவுளுக்கு நன்றியா?'' என்று மறுத்துவிட்டு உண்ண ஆரம்பித்தார். தடுத்தார் பக்தர். எதிர்த்தார் அந்த முதியவர்.

இறுதியில் 'பிரார்த்தனை செய்தால்தான் உணவு என்றால் எனக்கு இந்த உணவு வேண்டாம்'' என்று முதியவர் கூற, கடவுளை நிந்திக்கும் அவரை வெளியேற்றி விட்டார் பக்தர்.



மனம் வெதும்பி, தான் மட்டும் உண்டு உறங்கிய அந்த பக்தரின் கனவில் கடவுள் தோன்றி ''அறுபது ஆண்டுகளாக அவனைச் சகித்து, பொறுமையுடன் நான் இருக்கிறேனே! ஆறு நாழிகைக்கு உன்னால் பொறுக்க முடியலையே!'' என்று கேட்டாராம்.

- காஞ்சி டி.ஜி. உஷா, சென்னை - 24

"ஸ்வீட்டா... அய்யோ வேண்டாம்பா! டயபடிஸ் வந்துரும்!"

"ஸ்நாக்ஸா, நோ..நோ..!... பி.பி. எகிறிடும்."

"சாதமா... வேண்டவே வேண்டாம், வெயிட் போட்ரும்!"

"பூரியா... பக்கத்திலேயே கொண்டு வராதீங்க!"

பொதுவாகவே எல்லோரும் நிறையவே ஆரோக்கிய விழிப் புணர்ச்சியோடு செயல்படுகிறோம். கேலரி கான்ஸியஸ் ஆகவும் மாறி விட்டோம். மாறி வரும் இந்த டிரண்டைப் பார்த்து பெருமையாக இருந்தாலும் ஒரு சின்ன பிரச்னை எங்கோ இருப்பதை இன்னும்



நாமெல்லாம் சரி வர உணரவில்லை. அதுதான் நம் உணவில் சேர்க்கும் ஹீரோ கம் வில்லனான உப்பைப் பற்றி யது.

ஹீரோவாக நம் திண்பண்ட சுவை கூட்டும் மாஸ்டர் உப்பு அவர்கள், கிளைமேக்ஸில் நம் ஆரோக்யத்திற்கே ஆப்பு வைக்கும் வில்லனாக மாறி வரும் திடுக் மேஜிக்கை அறியும் முன் டூலேட்டாகி விடுகிறது. விளைவு, ஸ்ட்ரோக், மாரடைப்பு, முற்று புள்ளியாக கடைசியில் இறப்பு. வேண்டுமா, இந்த வம்பெல்லாம்? அதனால் சமர்த்தாக உலக ஆரோக்ய மையம் சொல்லும் அறிவுரைகளைக் கேட்டு நடந்தால் நமக்கும் நல்லது. நம் ஆரோக்கியத் துக்கும் நல்லது.

...வைய்யுங்க ஆப்பு!

ஒரு நாளில் எவ்வளவு உப்பு சாப்பிடலாம்?

0 -6 மாத குழந்தைகள் - 1 கிராம் உப்பை விடக் குறைவாக

7 - 12 மாத குழந்தைகள் - 1 கிராம்

1 -3 வருட குழந்தைகள் - 2 கிராம்

4 - 6 வருட குழந்தைகள் - 3 கிராம்

7- 10 வருட குழந்தைகள் - 5 கிராம்

பெரியவர்கள் - 6 கிராம் அதாவது 1 டீஸ்பூன் உப்பு

உணவில் அடங்கி யிருக்கும் உப்பின் அளவை அறிவது எப்படி?

உணவில் அடங்கி யுள்ள உப்பை அளப்பது கடினமானது. ஏனென்றால், காய்கறிகளிலும், பழங்களிலும்கூட உப்பு அடங்கி யுள்ளது. ஆனால், கடைகளிலிருந்து வாங்கிய உணவு பண்டங்களில், ஒரு சிறு அட்டவணையில் உப்பின் அளவு 'சோடியம்' என்ற பெயரில் பெரும்பாலும் குறிக் கப்பட்டிருக்கும். அதன்படி 0.5 கிராமுக்கு அதிகமாக சோடியம் அடங்கிய 100 கி உணவுப் பொருள் ஆரோக்யத் துக்கு அவ்வளவு உகந்தது அல்ல. கணக்குப் பார்த்து சாப்பிட வேண்டும் என்று ஆசைப்பட்டால், 2.5 கிராம் உப்பில் 1 கிராம் சோடியம் அடங்கியுள்ளது.

எந்த உணவு வகைகளில் உப்பு அலையஸ் சோடியம் என்பவர் அட்டகாசம் செய்கிறார்...?

★ பதப்படுத்தப்பட்ட உணவு

★ பதப்படுத்

ஆரோக்கியம்

நீங்கள் பரிசளிக்க விரும்பினால்...



* பகைவனுக்கு மன்னிப்பைப் பரிசளியுங்கள்.
* நண்பனுக்கு உள்ளத்தைப் பரிசளியுங்கள்.
* உங்கள் குழந்தைக்கு நல்ல நடத்தையைப் பரிசளியுங்கள்.
* உங்கள் பெற்றோருக்கு மரியாதையைப் பரிசளியுங்கள்.
* உங்கள் தாய்க்கு உங்களைப் பற்றிப் பெருமைப்படத்தக்க நல்லொழுக்கத்தைப் பரிசளியுங்கள்.
* உங்கள் மனைவிக்கு உங்கள் சகிப்புத்தன்மையைப் பரிசளியுங்கள்.
* எல்லா மனிதர்களிடத்தும் தாராள குணத்தைப் பரிசளியுங்கள்.
* உங்களுக்கு நீங்களே தன்னம்பிக்கையைப் பரிசளியுங்கள்.

- கே. சுப்புலக்ஷ்மி, பவானி

தப்பட்ட மாமிசம்

★ எல்லா வகையான பதப்படுத்தப்பட்ட சீஸ் வகைகள், ஸ்நாக்ஸ், பிரட், பிஸ்கட் வகைகள்.

★ கடையில் வாங்கும் ஊறுகாய் வகைகள், உணவு காப்பிணியான சோடியம் பைகார்பனேட் என்று அறியப்படும் பேக்கிங் சோடா, MSG என்று அறியப்படும் உணவுக்கு சுவை கூட்டும் மோனோ சோடியம் குளுகாமேட்.

அதிக உப்பை ரசிக்கும் பெண்கள் எப்படியெல்லாம் அவதியுற நேரும்?

உப்பு அதிகம் சாப்பிட்டால் வரும் ஸ்ட்ரோக், உயர் இரத்த அழுத்தம், வயிற்றுப் புற்றுநோய், சிறுநீரகக் கோளாறு போன்ற பெரிய பேக்கேஜுடன் கொசுறாக பெண்களுக்கென்று மேலும் சில அவதிகள் வந்து சேரும்.

★ டூ மச் உப்பு பெண்களின் கால்சியத்தை நைஸாக அபேஸ் செய்து, எலும்புகளை பலவீனமாக்கி ஈவு இரக்கமின்றி ஆஸ்டியோ பொரோஸிஸிடம் ஒப்படைத்து விடும்.

★ அதிக உப்பு சேர்த்துக் கொண்டால் முகம் உப்பிப் போய் வாட்டர் ரிடென்ஷன் ஏற்படும். தினமும் மெகா சீரியல் பார்த்து, பார்த்து வந்த அழுமூஞ்சி எஃபெக்ட் வந்து விடும்.

வேண்டுமா இந்த வினையெல்லாம்? ஸோ சகோதரிகளே, உப்புக்கு வையுங்க ஆப்பு!

- மித்ரா முரளீதரன், நவி மும்பை

World Women's Day

March 8, 2009

கம்ப்யூட்டர் கல்வியில் சி.எஸ்.சி.யின் புரட்சி
இதனால் மகளிர் அடைகின்றனர் இத்துறையில் வளர்ச்சி

பாரதியின் கனவு இன்று நிஜமாகிறது

"Miss"
Don't Miss it

**மார்ச் 8 உலக மகளிர்
தினத்தை முன்னிட்டு
CSC–யின் மகளிர்க்கான
சிறப்பு சலுகை**

இச்சலுகை பெண்களுக்கு மட்டுமே

உலக மகளிர் தினத்தை
முன்னிட்டு மொத்தப் பயிற்சி
கட்டணத்தில்
67%
சலுகை வழங்கப்படும்

CSC
COMPUTER SOFTWARE COLLEGE
An ISO 9001 : 2000 Certified Institution

Woman Power

Saluting the
SPIRIT OF WOMANHOOD
the force behind all successes!

World Women's Day

CSC

மகளிர் நாடுவது இட ஒதுக்கீடு
CSC வழங்குவது 2/3 மடங்கு கட்டண சலுகை

இந்த கூப்பனை அருகில் உள்ள சிஎஸ்சி பயிற்சி மையத்திற்கு கொண்டுவருபவர்களுக்கு 8/03/2009 அன்று மட்டுமே இச்சலுகை வழங்கப்படும்



அங்கீகரிக்கப்பட்ட தரமான 'எர்த் லீக்கேஜ் சர்க்யூட் பிரேக்கர்' (ELCB)யை, கட்டாயமாக மெயின் சப்ளை லைனில் பொருத்திவிடுவது அவசியம். இதனால் சிறிதளவு மின்கசிவு ஏற்பட்டாலும் மின்சார சப்ளை துண்டிக்கப்பட்டு, ஷாக் அடிக்காமல் இருக்கும். தமிழக மின்சார வாரியம் ELCBயை ஏன் கட்டாயப்படுத்தவில்லை என்று வருத்தமாக இருக்கிறது?

மின்சார சமாசாரம்!

புதிய வீட்டுக்கு ஒயரிங் செய்யும் போது கெய்ஸர் சுவிட்சும் பாத்ரூம் லைட் சுவிட்சும் ஒரே சுவிட்சு போர்டில் அடுத்தடுத்து வைப்பதைத் தவிர்க்கவும். நம் வீட்டாரும் பல சமயம், கவனக் குறைவாக அறியாமல் கெய்ஸர் சுவிட்சைப் போட்டு விட்டு கவனிக்காமல் இருந்து விடுவோம். இதனால் கெய்ஸர் வெடிக்கும் விபத்து நேரிடலாம்.

கெய்ஸர் சுவிட்சைச் சுற்றி உள்ள இடைவெளியில் சிவப்பு இன்சுலேஷன் டேப் வைத்து ஒரு பார்டர் ஒட்டி வைத்தால், அது ஒரு எச்சரிக்கை தடுப்பு அடையாளமாக நம் கவனக் குறைவைத் தடுக்கும்.

பிட்டா பிடிங்க...



• ஷூ சாக்ஸ் தயாரிப்பாளர்கள், அதன் நுழைவு வாயிலில் கீழ் காலில் பற்றும் பகுதியில் 'வல்குரோ' ஃபாஸ்னர் ரிங் வைத்து ஏன் உற்பத்தி செய்யக் கூடாது?

• 'ஸாக்ஸ்'களைக் கழற்றி வீசும் போதும், துவைத்து காயப்போடும் போதும் ஜோடியாக ஒட்டி போடலாம். எப்பொழுதுமே ஜோடியில் ஒரு ஸாக்ஸ் தொலைவதைத் தடுக்கலாம். வீட்டில் உபயோகமற்ற, ஜோடி பிரிந்த ஒற்றை ஸாக்ஸ் கூட்டம் குறையும்.

– ராதா ராமன், அகமதாபாத்





மூன்று வயதான என் அண்ணன் மகனுடன் அருகிலுள்ள பிள்ளையார் கோயிலுக்குச் சென்றேன். அவன் கூலிங் கிளாஸ் மாட்டிக்கொண்டு அழகாக ட்ரெஸ் பண்ணிக்கொண்டு வந்தான். சாமி கும்பிடும்பொழுது கிளாஸைக் கழட்டிவிட்டு கைகளைக் குவித்து வணங்கச் சொன்னேன்.

பிராகாரம் சுற்றும்பொழுது, "ஏன் அத்தை கண்ணாடியைக் கழட்டச் சொல்றீங்க?" என்றான். "சாமியை அப்படித்தான் பயபக்தியோடு கும்பிட வேண்டும்" என்றேன் நான். "அப்படின்னா சாமி மட்டும் கூலிங் கிளாஸ் போடலாமா?" என்றான். எனக்கொன்றும் புரியவில்லை. "என்னடா சொல்ற? எனவும் "நீயே பாரு சாமி கண்ல கிளாஸ் மாட்டிட்டியிருக்கு" என்றான். கூர்ந்து கவனித்தபின்தான்,



அவன் சாமிக்கு ஒட்டியிருந்த கண்ணடக்கத்தைத்தான் அவ்வாறு கூறுகிறான் எனப் புரிந்தது.

அவன் கேள்வியால் மடக்கப்பட்டு வாயடைத்து நின்றேன் நான்.

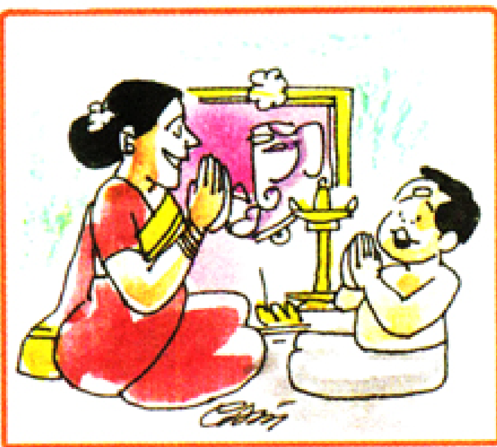
- சங்கரி கிருஷ்ணா,
சென்னை

"சாமி மட்டும்

என்னுடைய மகள், கலிஃபோர்னியாவில் இருக்கிறாள். ஒருமுறை அவளுடைய குழந்தைகள் இருவரிடமும், "வீட்டின் உள்ளேயே பத்திரமாக இருங்கள், நானும் அப்பாவும் பக்கத்தில் கடைக்குப் போய் வருகின்றோம், யார் வந்தாலும் கதவைத் திறக்காதீங்க!" என்றதற்கு (பேரனுக்கு என் மேல் அதிக பிரியம்) அவன் உடனே, "அம்மாச்சி பெங்களூரிலிருந்து ஆட்டோவில் வந்தால் மட்டும் திறக்கட்டுமா?" என்று கேட்டானாம்! என்ன நைச்சியம் பாருங்கள்!



- மனோகித்தா,
பெங்களூரு



என் மகனுக்கு மூன்று வயது இருக்கும். அப்போது, அவன் பாட்டி தினமும் பூஜை செய்யும்போது அவனை உட்கார வைத்து மந்திரங்கள் சொல்லிக் கொடுப்பார்.

''நம சிவாயா, நாராயணாயா, கோவிந்தாயா, அச்சுதாயா, கிருஷ்ணாயா, வாசுதேவாயா' என்று சொல்லிக் கொடுத்தாள். திடீர் என்று அவன் ''ஸாவித்திரி ஆயா'' என்றும் சொன்னதும் வீட்டிலிருந்த எல்லோருக்கும் ஒரே சிரிப்பு. ஏன் என்றால் அவன் போகும் ஸ்கூலில் அவனுக்கு ரொம்பவும் பிரியமான ஆயாவின் பெயர் ஸாவித்திரி.

இப்போது அவன் என்ஜினியர் ஆகிவிட்டான். இருந்தாலும் அவன் சொன்னதைச் சொல்லி இன்றும் சிரிப்போம்.

- உஷா ராஜகோபாலன்,
செகந்திராபாத்

மாட்டிக்கலாமா?"

குட்டீஸ் லூட்டி

அன்று வீட்டில் விசேஷமான வைதிகச் சடங்கு. வழக்கமாக எங்கள் வீட்டின் எல்லா விசேஷங்களையும் நடத்தி வைப்பவர் ஸ்ரீ யக்ஞ நாராயண தீக்ஷிதர். அவரை 'யக்கண்ணா' என்று அழைப்பது வழக்கம். என் பேரன் மஞ்சுநாத்துக்கு நான்கு வயது. அவரைப் பார்த்து ''தாத்தா, ஆனா, ஆவன்னா எல்லா எழுத்தையும் விட்டுவிட்டு நீங்கள் ஏன் அக்கன்னா? (ஃ) என்று பெயர் வைத்திருக்கிறீர்கள்?'' என்று கேட்டதும், அவர் உள்பட நாங்கள் எல்லோரும் சிரித்து விட்டோம்.



- கே.எஸ். மங்கலம்,
திப்பிராஜபுரம், கும்பகோணம்



மலரடிகள் நினைந்து...

கருத்தரித்த நாள்
முதலாய் உள்ளிருந்து
கணந்தோறும் காத்தருள்
சுரந்து சுரந்து

உருவெடுக்கும்
என்னுயிரால் ருசியிழந்து
உணவு குன்றி, மசக்கைஎழ
மெலிந்து, மெலிந்து

வருந்துகிற கவலை எழும்
வேளை தன்னில்
வளர்கின்ற பிள்ளைச் சுமை
சுமந்து சுமந்து

பெருத்த வலி சூழ்ந்துற்ற
காலை தனில்
பிரசவத்தின் சூல் வலிக்கு
இரங்கி, இரங்கி

திருத்த மொடு பூமி தனில் தவழ விட்டு
உன் சிம்மாசன மடியேற்றி
மகிழ்ந்து மகிழ்ந்து
பொருத்தனை, மல மூத்திரம் கழித்த
காலை
புன்னகையே பூத்து முகம்
மலர்ந்து, மலர்ந்து

கருத்தொடு நலங்கோடி தந்தனையம்மா
கடன் சுமை என்னிடத்தே
மிகுந்து, மிகுந்து
உறுத்துகின்ற பான்மை தீரப்
பதிலெதுவோ?
ஒன்றினுக்கு ஒன்றேனும்
உவந்து, உவந்து

பொருத்த மொடு தீர்த்திட
முடிந்திடுமோ?
உன் பொற் பாத மலரடிகள்
நினைந்து, நினைந்து...

- சரஸ்வதி ராமசாமி

நன்றி: -
கோவை, பிராமண மகா
சபா ப்ரம்மதீர்த்தத்தில்
எழுதப்பட்ட
'மாத்ரு பஞ்சகம்'



தாய்மை

29 ஆண்டு மலர்



கோதை நாராயணன்

கல்வியே

ஜெயஸ்ரீ ராஜ் நினைவுச் சிறுகதைப் போட்டி ரூ.2000 பரிசுக் கதை-3

இராஜனுக்கோ தூக்கமே வரவில்லை. காலையில் கற்பகம் பேசியது அடிமனத்திலிருந்து எதிரொலித்துக் கொண்டே இருந்தது. ராஜன் - கற்பகம் தம்பதியரின் இரண்டாவது மகள்தான் அனுசுயா. பட்ட மேற்படிப்புகள் முடித்துவிட்டு ஒரு பள்ளிக்கூடத்துக்கு தலைமையாசிரியையாகப் பணியாற்றி வருகிறாள். சிறு வயதிலேயே படிப்பின் மீதும், கற்பித்தல் மீதும் இருந்த பற்றுதலால், இந்தத் துறையை அவள் தேர்ந்தெடுத்தாள்.

அனுசுயாவுக்கு திருமண வயது கடந்துகொண்டு வருவதால், சீக்கிரமே அவளுக்குத் திருமணம் செய்யவும், தங்கள் கடமைகளை நிறைவேற்றவும் பெற்றோர் துடித்தனர். அதுதான் பெரிய பிரச்னையாகி மனத்தை அரித்தது.

கற்பகம் தூக்கம் வராமல் எழுந்து, ''என்னங்க, நீங்க இன்னும் தூங்கலையா?'' என்றாள்.

''இல்லை, நம்ம அனுவோட எதிர்காலத்தைப் பற்றிதான் நினைச்சுக்கிட்டு இருக்கேன். காலையில நாம பேசினதுக்கப்புறம் புரோக்கர் பாபுவைப் பார்த்து நான்கு வரன்களோட ஜாதகம் எடுத்துட்டு வந்து இருக்கேன்.''

''அப்படியா... இவகிட்ட எப்படிங்க சொல்றது, எப்பப் பார்த்தாலும் ஒரே பள்ளிக்கூட நினைப்புதான், இப்ப ஒரு வாரமா ஒரே பேப்பரும் கையுமா ஏதோ கடிதத்தை வேற கையில வெச்சுக்கிட்டே இருக்கா, ஏங்க... நான் சொல்றேன்னு கோபப்படாதீங்க. ஒருவேளை இவளும் நம்ம ராஜி மாதிரி...''

''வாயை மூடு. அனு என் பொண்ணுடி.''

''ஏன், ராஜி மட்டும் உங்க பொண்ணு இல்லையா?''

''ஆனா அது செஞ்ச காரியம்... நம்மை அப்படி தலை குனிய வெச்சுடுச்சே!''

''அனுவை வளர்த்த மாதிரிதானே அவளையும் வளர்த்தோம். இப்படி காதல், கத்தரிக்காய்னு கல்யாணம் பண்ணிக்கிட்டு போவான்னு நினைச்சோமா...? இதோ பக்கத்து வீட்டு ரேகாவும் ராஜியும் ஒரே வயசுப் பிள்ளைங்கதான். அவங்க தங்களோட உறவுக்காரப் பையனுக்கே திருமணம் முடிச்சுக் கொடுத்துட்டு நிம்மதியா இருக்காங்க, நாம இரண்டு பொண்ணுகளைப் பெத்துட்டு ஒருத்தியை காதல் மாயையில தவற விட்டுட்டோம். இன்னொருத்தி எப்பவும் படிப்பு, பள்ளின்னு இருக்கா... ம்...'' பெருமூச்சு விட்டாள் கற்பகம்.

''சரி...சரி...! நாளைக்கு நான் ஸ்கூலுக்குப் போய் அனுவைப் பார்த்துப் பேசு



ஜோதியாய்...!

றேன். வீட்டுல பேசுறதைவிட அது நல்லதா படுது.''

''ஆமாங்க. வீட்டுக்குக் களைப்பா வருவா. நீங்க ஸ்கூலுக்குப் போறதே நல்லது... ம்ஹ்... சீக்கிரமா ஒருத்தனோட கையில பிடிச்சுக் கொடுத்துட்டு நம்ம பாரத்தை இறக்கி வைக்கணும்க.''

அனுசுயா பள்ளிக்குக் கிளம்பினாள்.

''வர்றேன்மா...'' என்று

கூறியபடியே காலில் செருப்பை மாட்டியவள், திரும்பி அப்பாவைப் பார்த்து, ''அப்பா உங்ககிட்ட சாயங்காலம் கொஞ்ச நேரம் பேசணும்பா. ஒரு முக்கியமான விஷயம்பா.''

''சரிம்மா, நீ ஸ்கூலுக்குக் கிளம்பு'' என்று தலையசைத்து வழியனுப்பினார்.

அனு நகர்ந்ததும், கற்பகம், ''பார்த்தீங்களா? நான் சொன்னேன் இல்லையா, அது மனசுல என்னமோ இருக்கு. நீங்க சீக்கிரமா குளிச்சுட்டுக் கிளம்புங்க. அவ கிட்ட போய் என்ன ஏதுன்னு பேசிட்டு வாங்க. ஸ்கூல்லதான் மறைக்காம பேசுவா'' கற்பகம் புலம்பினாள்.

ராஜன் பள்ளி வளாகத்தை அடைந்தார். ஆபீஸ் பையன் புதியவனாகத் தெரிந்தான். அவனிடம் தான் தலைமையாசிரியரைப் பார்க்க வந்திருப்பதாகக் கூறினார். அவன் தலைமையாசிரியர் அறைக்கு வெளியே போட்டிருந்த நாற்காலியில் உட்காரச் செய்து, ''உள்ள ஆள் இருக்காங்க. அவங்க வந்ததும் நீங்க போகலாம்'' என்றான்.

வெளியே காத்திருந்தார் இராஜன். அப்போது அனுவின் அறையில் நடந்த உரையாடல்கள் அவரது காதுகளுக்கு எட்டின.

''ஐயா, சுகாசினி நல்லா படிக்கிற பொண்ணு. ப்ளஸ் டூ முடிச்சதும் நல்ல கல்லூரியில் நானே அவளைச் சேர்க்கணும்னு நினைச்சுக்கிட்டு இருக்கும் போது, இப்படிப் படிப்பைப் பாதியில நிறுத்த வந்தா என்ன அர்த்தம்?''

''அம்மா, எங்க சாதியில யாருமே பள்ளிக்கூட வாசலை மிதிச்சதில்லை. ஏதோ உங்க தயவால சுகா இம்புட்டு தூரம் படிச்சிருக்கா, இதுக்கு மேல படிக்க வைக்க எங்களுக்கு வசதியுமில்லை. மேலும் எங்க மச்சான் மகன் அவளுக்குத் தயாரா இருக்கான், சின்ன வயசிலேயே பேசி வச்சிருக்கோம். இப்ப இவளை வீட்டுல வெச்சு இரண்டு வருஷம் வீட்டு வேலையைப் பழக்கிப்புட்டு, அவன் கையில பிடிச்சுக் கொடுக்கணும். அவனும் சுகாசினி படிச்சது போதும் மாமான்னு சொல்றான்.''

அருகிலிருந்த சுகாவின் அம்மா, ''ஆமாங்கம்மா! பொட்டப் புள்ளைய வீட்டுல வைச்சிருக்கிறது வயித்துல நெருப்பைக் கட்டிக்கிட்டு இருக்கிற மாதிரி...''

''நிறுத்துங்கம்மா... நீங்களும் ஒரு பெண்தானே? பெண் குழந்தை பிறந்தாலே அதை வளர்த்து ஆளாக்கி திருமணம் செய்வது மட்டுமேதான் பெற்றவர்களின் கடமையா? அவளுடைய வாழ்க்கையின் நிலைப்பாடு, தரம் பற்றியெல்லாம் நினைக்க மாட்டீங்களா?''

அனுவின் குரல் சூடேறியிருந்தது.

''அதுக்கில்லைம்மா... இப்பெல்லாம் பெரிய படிப்பு படிக்க வெச்சா பிள்ளைங்க காதல் அது இதுன்னு கல்யாணம் பண்ணிக்கிட்டு போறதைப் பார்க்கும்போது... ஏது... இத மாதிரி நம்ம வீட்ல நடந்துறக் கூடாதேன்னு... பயம்மா இருக்கேம்மா.''

''ஏம்மா... காதலிக்க அதுல ஜெயிச்சவங்களும் இருக்காங்க. பெத்தவங்க நிச்

நீங்கள் கவனிக்க வேண்டிய வேலைகள், சந்திக்க வேண்டிய நபர்கள், எழுத வேண்டிய கடிதங்கள், பல்வேறு கட்டணங்களைச் செலுத்த வேண்டிய தேதிகள் போன்றவற்றை அவ்வப்பொழுது ஒரு தாளில் குறித்துக் கொண்டே வாருங்கள். காலையில் ஒருமுறை அதைப் பார்க்கும் வழக்கத்தை மேற்கொள்ளுங்கள். டென்ஷனே இராது. அந்தந்த நேரத்தில் கச்சிதமாக வேலையை முடிப்பவர் என்ற நற் பெயரும் கிடைக்கும். இது அலுவலகப் பணிக்கும் பொருந்தும்.

– எஸ்.சரோஜினி, பெங்களூர்

சயித்த கல்யாணங்கள்ல அன்னியோன் யத்தையே மறந்து பிரிந்தவர்களும் இருக் காங்க. அதெல்லாம் சம்பந்தப்பட்டவங்க ளோட மனப் பக்குவத்தைப் பொறுத்தது. உங்க பொண்ணு மேலும் படிச்சு நல்ல நிலைமைக்கு வரும்போது அவளுக்கு ஒரு மனப்பக்குவம் வரும். நல்லது கெட்டது பிரிச்சுப் பார்க்கிற அறிவுபூர்வமான பார்வை வரும். இப்படி அறிந்தும் அறி யாத சின்ன வயசுல 'நம்ம ஊர் பொண் ணுங்களெல்லாம் இதுதான் வாழ்க்கை;



இப்படித்தான் வாழணும்'னு' நீங்களே அவ ளுக்கு ஒரு வட்டத்தைப் போட்டு கொடுத் துட்டீங்கனா நம்ம நாட்டுக்குக் கிடைக்க இருக்கும் ஒரு விஞ்ஞானியையோ, பெண் தொழில் முனைவோரையோ, நாடு இழந் துடும்!

''உங்களை மாதிரியே என்னைப் பெத் தவங்களும் நினைச்சிருந்தா நான் இப்படி தலைமையாசிரியரா உங்க முன்னாடி நின்னுக்கிட்டு இருக்க மாட்டேன். சுகா படிக்கட்டும்'' உள்ளே அனுவின் குரல் தளுதளுத்தது.

வெளியில் இருந்த ராஜனுக்கோ 'சுரீர்' என்றது. மெதுவாகப் பள்ளியை விட்டு வீட்டுக்கு நடக்க ஆரம்பித்தார்.

அவர் வீட்டு வாசலை அடையும்போது, மனசு இலேசாக ஏதோ தெளிவு கிடைத் தாற்போன்று இருந்தது. அவர் வீட்டுக்குள் நுழைந்ததும் கற்பகம் வேகமாக வந்து, ''என்னங்க... நேத்து அனு ஏதோ கடிதம் வெச்சு இருக்கான்னு சொன்னேன்ல அது என்ன தெரியுமா? நம்ம ராஜியும் அவள் கணவரும் ஒரு மோட்டார் கம்பெனி ஆரம் பிச்சு அதுல வெற்றியும் பெற்று ஆண்டு விழா கொண்டாடப் போறாங்க. அதுக்கான அழைப்பு கடிதம்தாங்க அது. அதோட நம்மகிட்ட மன்னிப்பு கேட்டும் நம்ம ஆசிர் வாதத்தை வேண்டியும் எழுதியிருக்காங்க... சே, நாமதாங்க அனுவைத் தப்பா நினைச் சுட்டோம்.''

''ஆமா கற்பகம், அனுவோட படிப் பும், மனப்பக்குவமும் கண்டிப்பா அவ வாழ்க்கைக்கு உறுதுணையாதான் இருக் கும். கண்டிப்பா நல்ல முடிவுகளைத்தான் அவ எடுப்பா. இத்தனை நல்ல வைரங் களைப் பெற்ற நாம அதைப் பட்டை தீட்டும் வழி அறியாம ஒரு சராசரி பெற் றோரா இருந்துட்டோம். பெண்ணை நல்ல இடத்தில் திருமணம் செய்வதில் மட்டுமே நாம குறியாக இருந்தோம். ஆனா அனு, பெண்ணுக்குள் இருக்கிற திறமை களைப் புதைக்காம வெளிக்கொண்டு வரணும். திருமணம் என்பது வாழ்க்கை யின் ஒரு அங்கம்தான். அதுமட்டுமே வாழ்கை இல்லைன்னு புரிய வெச்சுட்டா'' என்று தான் பள்ளியில் கேட்டவற்றைக் கூறி முடித்தார்.

கேட்டுக் கொண்டிருந்த கற்பகம் தன் கண்களில் வழிந்த நீரைத் துடைத்தபடியே, ''எல்லாம் நன்மைக்குதாங்க...'' என்று கூறியபடி அங்கு சுவாமி படத்தின் முன் இருந்த விளக்கை ஏற்றினாள்.

அந்த விளக்கின் ஜோதியும் இந்தப் பெற்றோரோடு சேர்ந்து அனுசுயாவின் வரவுக்காகக் காத்திருந்தது. ●

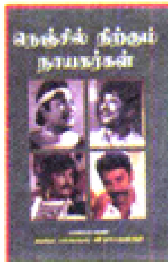
படிக்க... பயன்பெற...

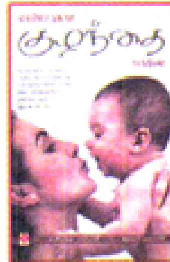
29 ஆண்டு மலர்

இந்து மதம் கூறும் கருத்துக்கள் - சுவாமி ஹர்ஷானந்தர். தமிழில்: சக்தி கிருபாகரன். ஸ்ரீராமகிருஷ்ணமடம், சென்னை - 4, விலை ரூ.25/-

சமபந்தி போஜனம் என்று வழங்கப்படுகிற 'ஒன்றாக விருந்துண்பதற்குத்' தடையில்லை; கலப்புத் திருமணம் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்ட ஒன்று; வேதங்களோ அற நூல்களோ தீண்டாமையை ஆதரிக்கவில்லை போன்ற விளக்கங்கள் - பயனுள்ள சிறு நூல்.









நெஞ்சில் நிற்கும் நாயகர்கள்- சினிமா எக்ஸ்பிரஸ் வி. ராமமூர்த்தி, வி.ஆர். பதிப்பகம், 24/18, சங்கர்லால் ஜெயின் தெரு, சூரோம் பேட்டை, சென்னை -44, விலை. ரூ.120/-

வரலாறுகளாகிவிட்ட எம்.ஜி.ஆர், சிவாஜி, ஜெமினி முதல் இன்றைய விஜயகாந்த், சரத்குமார், ரஜினிகாந்த் வரை, திரையுலகப் பெரும்புள்ளிகளோடு நெருங்கிப் பழகிய தம் அனுபவங்களை பன்னிரண்டு அருமையான கட்டுரைகளில் தருகிறார் ஆசிரியர்.

எல்லோருக்கும் குழந்தை சாத்தியம்- டாக்டர் அனிருத்தா மால்பானி, அஞ்சலி மால்பானி, தமிழில் எஸ். சந்திரமௌலி. நலம் வெளியீடு, 33/15, எல்டாம்ஸ் சாலை, சென்னை - 18, விலை. ரூ.100/-

மலடு நீக்கும் மருத்துவத்தில் புகழ் பெற்ற மும்பை டாக்டர்களின் ஆரோக்கியமான ஆலோசனைகள். திருமணமாகி அடுத்த பன்னிரண்டு மாதங்களுக்குக் குழந்தை பிறப்பைத் தடுக்க எவ்வித முயற்சியும் வேண்டாம் என்பதுபோல் நடைமுறை சாத்தியமான பல விளக்கங்கள். நல்ல நூல்.

டீன் ஏஜ் - டாக்டர் என். கங்கா, விகடன் பிரசுரம், விலை ரூ.55/-

விடலைப் பருவம் என்பது தடுமாற்றம் நேர்கிற காலகட்டம். இதில் பக்குவம் பெறப் பெற்றோர், ஆசிரியர் அணுகுமுறைகள் சிறப்பாக இருக்க வேண்டும். இந்த மருத்துவ ரீதியிலான நூல் அனைவருக்கும் உதவும்.

- வாசகன்

புக் பேங்க்...

எடை குறைந்து உடல்வாகு சீராகும், அழகு கூடும்!

ரிஷிதாவின் ஸ்லிம் அண்ட் கேர் நிறுவனத்தில் சேர்ந்து பயன் பெற்ற பத்மாவதி ரிஷிதாவிடம் கூறியது இது. "முன்பு என் உடல் பருமன் காரணமாக ஆபீஸிலே மத்தவங்க கிண்டல் செய்துக்கிட்டிருப்பாங்க. கணவரோடு வெளியிடத்துக்குப் போனால் கூட காரிலேயே உட்கார்ந்திருப்பேன். நவீன உடைகளை உடுத்த ஆசை. ஆனால் என் பருத்த உடம்புக்கு அதெல்லாம் நன்றாகவே இருக்காதே. மனம் சோர்ந்து, வாழவே பிடிக்காத மனநிலையிலேதான் உங்களிடம் வந்தேன். 35 கிலோ எடையைக் குறைத்து எனக்குப் புது வாழ்க்கையை அளிச்சிருக்கீங்க."

ரிஷிதா →

இப்படிப் பலரும் ரிஷிதாவுக்கு நன்றி சொல்கிறார்கள். வேறு பலர் தங்கள் சந்தேகங்களைக் கேட்டுத் தெளிவு பெறுகிறார்கள். அவற்றில் உங்களுக்கும் பயனளிக்கக் கூடிய சில கேள்வி பதில்கள் இதோ.

◆ **என்னாலே எவ்வளவு எடையைக் குறைக்க முடியும்?**

ரிஷிதா - பதினாறு செஷன் கோர்ஸ் என்றால் அதிகபட்சம் 20 கிலோ எடையைக் கூடக் குறைக்கலாம். 28 செஷன்களிலே சேர்ந்து அதிகபட்சம் முப்பத்தைந்து கிலோ எடையைக் குறைச்சுக்கிட்டவங்களும் உண்டு. இறக்குமதி செய்யப்பட்ட எங்கள் கருவிகள் உடம்பில் அதிகப்படி சதை போட்டிருக்கும் பகுதிகளாகப் பார்த்து எடையைக் குறைப்பதால் உடல் அழகும் அதிகமாகிறது.

◆ **உங்க வகுப்புகளிலே சேர்ந்தால் கடுமையான டயட், தீவிர உடற்பயிற்சின்னு பிழிஞ்செடுத்துடுவீங்களா? தவிர கோர்ஸ் முடிந்த சில வாரங்களிலேயே குறைந்த எடை மறுபடியும் சேர்ந்துடுமோன்னு கவலையாக இருக்குது.**

ரிஷிதா - கடுமையான உணவுக் கட்டுப்பாடுகள் கிடையாது. சமச்சீர் உணவு என்பது போன்ற சின்ன மாற்றங்கள், அவ்வளவுதான். மற்றபடி வாக்கிங் பயிற்சி கூடத் தேவை இல்லை தன்னம்பிக்கையை வளர்த்துக் கொள்ளவும் நாங்கள் ஆலோசனைகள் அளிக்கிறோம். குறைந்த எடை மறுபடியும் வந்து சேராமலிருக்கவும் எளிய ஆலோசனைகளைத் தருகிறோம்.

◆ **தொடர்ந்து சரியாகத் தூக்கம் இல்லாததாலும் மனச் சோர்வாலும் என் கண்ணுக்குக் கீழே நிறையக் கருவளையங்கள் வந்திருக்கு. இதெல்லாம் நிரந்தரமாகப் போயிடுமா?**

ரிஷிதா - இதற்கான எங்கள் கோர்ஸில் சேரலாமே. மூன்றிலிருந்து நான்கு வகுப்புகளிலேயே விளைவுகள் தெரியத் தொடங்கிடும். எட்டு செஷன்களில் வேண்டிய மாறுதல்கள் ஏற்படும்.

◆ **ஃபேஸ்லிஃப்டிங் வகுப்புகள் என்றால் என்ன?**

ரிஷிதா - சிலருக்கு முகம் மிகவும் அகலமாக இருக்கும். டபுள்சின் இருக்கும். முகத்திலே சுருக்கங்கள் உள்ளவர்களும் உண்டு. இந்தக் குறைகளைப் போக்கத்தான் ஃபேஸ்லிஃப்டிங் கோர்ஸ் நடத்துறோம். அது மட்டுமில்லே. ஒல்லியாக இருப்பவர்கள் சீரான எடையும் வடிவமும் பெறுவதற்கான சிறப்பு வகுப்புகளும் உண்டு.

◆ **உங்கள் நிறுவனத்திலே வேறென்ன ஸ்பெஷல்?**

ரிஷிதா - இங்கே பெண்களுக்கு மட்டும்தான் அனுமதி. வாரம் ஏழு நாட்களும் வேலை செய்கிறோம். எடைக் குறைப்புக்கான கட்டணத்திலேயே தியானம், பிராணாயாமம், யோகா ஆகியவற்றையும் கற்றுத் தருகிறோம். கோயமுத்தூரிலும் எங்கள் கிளை திறக்கப்பட்டிருக்கிறது.

அதிகப்படி
சதை போட்டிருக்கும்
பகுதிகளாகப் பார்த்து
எங்கள் கருவிகள்
எடையைக் குறைப்பதால்
உடல் அழகும் அதிகமாகிறது.

கோயமுத்தூரிலும்
எங்கள் கிளை
திறக்கப்பட்டிருக்கிறது.

தொடர்பு கொள்ள - **ரிஷிதா**
Slim and Caare,
14/56, 1D, 1st Floor,
Hill Crest Apts., Venkatanarayana
Rd, T.Nagar, Chennai - 17.
Ph: (044) 2433 2838, 94444 13224
Combatore Address: # 32/1, Bharathi Park, 2nd
Cross street, Saibaba Colony, Combatore,
Ph: 94444 13224

Advt.







வாழ்விழந்து

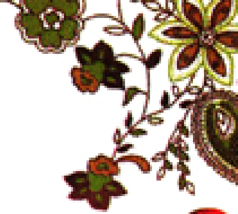
எங்க வாழ்க்கை

''உயர உயரச் சென்றாலும் எங்கள் வாழ்க்கைத்தரம் மட்டும் உயராமல் பாதாளத்தில் சென்று கொண்டிருக்கிறது. பாரம்பரியத் தொழில் என்பதற்கான சுவட்டை அரசாங்கமே மெள்ள, மெள்ள அழித்து வருகிறது. சாராயத்தை விடவா கள்ளில் அதிக போதை (ஆல்கஹால்) இருக்கிறது. நீங்களே சொல்லுங்கள்'' எனப் புலம்பும் பனைத் தொழில் பெண்களின் வாழ்க்கைப் பதிவு இந்த மாதம்.

★ ''உண்மையைச் சொன்னா நானும் சின்ன வயசுல நல்லா பனை மரமேறுவேன். நொங்கு, இளநீர் பறிக்கப் போடுவேன். இது எங்க பரம்பரைத் தொழில். வாக்கப்பட்ட இடமும் பனையேறிக் குடும்பம்தான். ஆனா வாழ்விழந்து நிற்கிறோம். கள்ளை இறக்கினா வீட்டுக்கு ஓர் ஆள் வேலை பார்த்தா போதும். வீட்டுப் பொம்பளைங்க வேறு வேலைக்குப் போவோம். ஆனா கள்ளுக்குத் தடை விதிச்சதால கருப்பட்டி காய்ச்சற தொழில்ல குடும்பமே கஷ்டப்படறோம். ஆம்பளைப்புள்ள இருந்தாவாவது காட்டுல கிடக்கற முள், மட்டையைப் பொறுக்



தவிக்கிறோம்!



கிப் போடுவான். ஆனா எனக்கு நாலும் பொம்பளைப்புள்ளதான்'' என ஆதங் கப்பட்டார் தூத்துக்குடியைச் சேர்ந்த விசுவாசம் (48).

★ ''ஒரு மரத்துல இருந்து ஒரு நாளைக்கு ரெண்டு லிட்டர் பதநீர் கிடைக்கும். அது புளிச்சா கள்ளா மாறி டும். ஒரு லிட்டர் கள்ளை, நாப்பது ரூபாய்க்கு விக்கலாம். ஆனா ஒருபடி பதநீரைக் காய்ச்சினா, முந்நூறு கிராம் கருப்பட்டிதான் கிடைக்குது. இதோட விலை ஒன்பது ரூபாதான். இந்தக் காசுக்கு, காலையில யிருந்து சாயந்திரம் வரைக்கும் குடும்பமே வேலை பார்க் கணும். வெளியாளை வேலைக்கு வெச்சா முதலுக்கே மோசமாயிடும். கர ணம் தப்பினா மரணம்னு வாழற எங்களுக்கு, ஒரு நாதியும் இல்லை...'' இது தூத்துக்குடி புனிதாவின் (37) புலம்பல்.

★ ''மழை வரலைனா பனை மரத்துல பாளை வராது. மழை அதிகம் பெஞ்சா, பாளை முத்திப் போகும். உசிரைக் கையில பிடிச்சுக்கிட்டு எங்கா ளுங்க மரமேறி பதநீரை இறக் கறாங்க. ஆனா ஆளுங்கட்சிக் காரங்களுக்கு மாமூல் கொடுக் கறவங்களைக் கள் இறக்க விடு றாங்க. எங்களை மாதிரி ஒண்ணு மில்லாதவங்களைப் புடிச்சு உள்ளே போடுறாங்க. சாராயம் குடிச்சா சாவு நிச்சயம்னு அர சாங்கத்துக்கு நல்லாவே தெரி யும். கள்ளு குடிச்சு செத் தவங்க யாரும் கிடையாது. ஏழைச் சொல்லு அம்பலம் ஏறுமா? அரசாங்கத்துக்குக் காது கேட்குமா...?'' என கேள்வி எழுப்பினார் தூத் துக்குடி யைச் சேர்ந்த செல்வம் (33).



★ ''நாங்கதான் படிக்கலை. எங்கப் புள்ளைங்களைப் படிக்க வைக்க லாம்னு பார்த்தா, வர்ற வருமானம் வயித்தக் கழுவற துக்குக்கூட பத்





தலை. வாரியம் அமைக்கிறேன் பேர்வழின்னு அரசாங்கம் எங்க வயித்துல தான் அடிக்குது. கருப்பட்டி காய்ச்சினால் கால்காசு கூட மிஞ்சறதில்லே. அதான் என் வீட்டுக்காரர் கடலுக்கு மீன் பிடிக்கப் போறாரு. தெரியாத தொழில்தான். இருந்தாலும் வயித்துக்காகக் கிடைச்ச தொழிலைச் செய்ய வேண்டியிருக்கு. பரம்பரைத் தொழிலே காணாம போச்சுங்க'' என்று வேதனைப்படுகிறார் ராமநாதபுரம் கனகவள்ளி (36).

★ ''நீராகாரம்னு சொல்ற பழைய சோத்துல 3 சதவிகிதமும், தயிர்ல 2 சதவிகிதமும், ஆல்கஹால் இருக்கு. பதநீர் புளிச்ச கள்ளில் 4.5 சதவிகிதம்தான் ஆல்கஹால் இருக்கும். நீராகாரம் குடிச்சா உடம்புக்கு எப்படி நல்லதுனு படிச்சவன், படிக்காதவன் எல்லோருக்கும் தெரியும். கள்ளும் அதை மாதிரிதான். ஆனா கள் குடிக்கக்கூடாதுனு சொல்ற அரசாங்கம், 43 சதவீதம் ஆல்கஹால் உள்ள சீமை சாராயத்துக்குத்தானே முதலில் தடை போடணும்? ஏன் அதை மட்டும் அனுமதிக்கணும்? சாராய வியாபாரிகளுக்கு சலாம் போட்டு, அவங்க கொடுக்கற காசை வாங்கி பாக்கெட்ல போட்டுட்டு நியாயத்துக்குப் புறம்பா நடக்குது இந்த அரசாங்கம்'' எனத் திட்டித் தீர்த்தார் பொள்வாச்சியைச் சேர்ந்த சாந்தி (28).

★ இலங்கையில கள்ளை விற்க அனுமதிச்ச மாதிரி, எங்களையும் நேரடியா கள் விற்க அனுமதிக்கணும். அதுக்காகத்தான் சமீபத்துல கள் இறக்குற போராட்டம் நடத்தப் போறோம். குடும்பத்தோட கைதானால் கூட சிறையில் மூணு வேளை சோறு கிடைக்கும்'' என்றார் போடியைச் சேர்ந்த பூங்கொடி (43).

★ ''தாய்ப்பாலில் உள்ள லாஸிக் அமிலம், பதநீரில் உள்ளதால் தாய்ப்பால் கிடைக்காத குழந்தைகளுக்குப் பதநீரைத் தரலாம். தினமும் பதநீர் குடித்தால் மஞ்சள் காமாலை பக்கத்தில்கூட வராது. கர்ப்பிணிகளுக்குப் பதநீர் கொடுத்தால் சுகப்பிரசவம் ஆகும். பசு மாடுகளுக்கு வாய்ப்புண் (காணை நோய்) வந்தால் பதநீரைக் கொடுத்தால் குணமாகும். இத்தனைக்கும் மேலான சத்தான ஆகாரம் பதநீர். புளிக்க வைத்துக் கள்ளாகக் குடித்தாலும் கெடுதல் இல்லை. கள்ளை இறக்க அரசாங்கம் தடைபோட்டது ஏனோ? தெரிந்தால் சொல்லுங்களேன்!'' என்று ஒட்டுமொத்தமாகக் குமுறுகிறார்கள்.

சந்திப்பு, படம்:
எம்.எம். ஜெயலட்சுமி,
மேலப் பொன்னகரம்

இந்த தலைமுறைக்கான மிகச் சிறந்த சமையல் எண்ணெய்!

Contains **Omega3**



Supreme

Bio —ரிஃபைண்டு ரைஸ்ப்ரான் ஆயில்

• ரசாயன முறையின்றி சுத்திகரிக்கப்பட்டது



 - ஓரிசனால் கெட்ட கொலஸ்ட்ராலைக் குறைக்கிறது.

 - ஆன்டி-ஆக்ஸிடென்ட்கள் நோய்க்கிருமிகளை எதிர்க்கிறது.

 - ஸ்குவாலீன் சருமத்திற்கு மெருகேற்றி சுருக்கம் ஏற்படுவதை தடுக்கிறது.

 - டாக்கோ ட்ரைனால்கள் புற்றுநோய் எதிர்ப்பு தன்மை வாய்ந்தது.

Free!
910 g + 90 g
விழாக்கால சலுகை

அதிக அளவு! அதே விலையில்!

ஆல்பம்



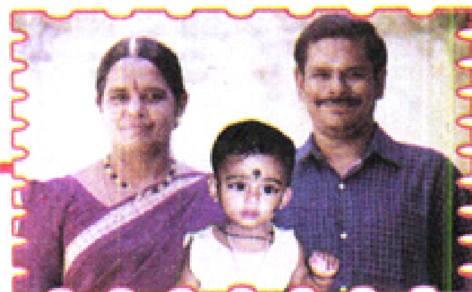
தாத்தா: மகாதேவன்
பாட்டி : லட்சுமி
பேரன்: ஆதித்யா



தாத்தா: எம். சேக் அப்துல்லா
பாட்டி : எஸ். பரிதா
பேரன்: அஃகில் அகமது



தாத்தா: ஜி. சிங்காரவேலு
பாட்டி : எஸ். கௌசல்யா
பேரன்: வி. அருண்



தாத்தா: என்.சுப்பையா ராஜு
பாட்டி : எஸ். ஜெயலட்சுமி
பேத்தி: ஐஸ்வர்ய லட்சுமி



தாத்தா: பி.எல். பரமசிவம்
பாட்டி : வசந்தா பரமசிவம்
பேத்தி: அக்ஷயதேவி



தாத்தா: கே. ஜனார்த்தனன்
பாட்டி : ஜ. சாருமதி
பேரன்: ஸ்ரீராம் பிரசாத்

என் செல்லமே!





பேராசிரியை இல.கோமதி, சென்னை செங்குன்றம், ஆர்.பி.கோதி ஜெயின் மகளிர் கல்லூரியின் முதல்வராகப் பொறுப்பு வகிக்கிறார். 'சித்தர்நெறி' என்ற தலைப்பில் முனைவர் பட்டத்துக்கான ஆய்வுக் கட்டுரையை சமர்ப்பித்திருக்கிறார்.

சித்தர்கள் யார்?

இல்லற வாழ்க்கையையும், அதன் மீது கொண்ட ஆசையையும் துறந்தவர்களை நாம் துறவிகள் என்கிறோம். சமுதாயத்தை விட்டு ஒதுங்கி காடுகளுக்கும், மலைகளுக்கும் சென்று தவம் செய்பவர்களை முனிவர்கள் என்கிறோம். வேதங்களை அறிந்து, உலக வாழ்வியல் அறிவையும் பெற்றவர்களை ரிஷிகள் என்கிறோம். துறவி என்பது முதற் படி; முனிவர் என்பது இரண்டாம் படி; ரிஷி என்பது

சிலிர்க்க வைக்கும் சித்தர் வரலாறு!

மூன்றாம் படி. இந்த மூன்று படிகளையும் கடந்து நின்று, தேவர்களுக்கு இணையாக உலகத்தில் வாழ்பவர்கள் சித்தர்கள். சித்தர்கள் முக்காலமும் உணர்ந்தவர்கள். இவர்கள் ஒரு தெய்வ இனம். சித்தர்களுக்கு சாதி, மதம், மொழி, நாடு, இனம், ஏழை, பணக்காரன் போன்ற வேறுபாடுகள் கிடையாது. 'ஒன்றே குலம், ஒருவனே தேவன்' என்பது இவர்களது கொள்கை.

நம் பாரத பூமியில் அநேக சித்தர்கள் வாழ்ந்தனர்; வாழ்ந்தும் வருகின்றனர். இவர்களை அடையாளம் கண்டுபிடிப்பது கடினம். சித்தர் என்று சொன்னவுடன் தாடி வைத்து, சடைமுடி தரித்து, அழுக்கேறிப் போன கோவண உடையுடன் வானத்தை அண்ணாந்து வெறித்துப் பார்க்கும், ஓர் உருவம் நம் மனக்கண் முன் தோன்றுவது இயற்கை. ஆனால், சுத்தமான வெள்ளை உடையுடன், கம்பீரமான தோற்றத்துடன் எல்லோரிடத்திலும் இயல்பாகச் சிரித்துப் பேசிப் பழகி, அன்னதானம் இடைவிடாமல் செய்து, பல பாடல்களை இயற்றி, கவிஞராக வாழ்ந்து, ஜீவ காருண்ய ஒழுக்கத்தைப் போதித்த வடலூர் இராமலிங்க அடிகளும் ஒரு சித்தரே.

சித்தர்களை, வெளித் தோற்றத்தைக் கொண்டு அடையாளங் காண முடியாது. தோற்றத்தில் அவர்கள் அக்கறை காட்டுவதும் இல்லை. ஆனால், மன ஒருமைப்பாட்டுடன், இறைவனையே எப்போதும் நினைத்து, தனக்குள் இறைவன் இருப்பதை உணர்ந்து 'நீயும் நானுமாய் ஏக போகமாய்' என்று இறைவனுடன் ஒன்றிய நிலையில் வாழ்பவர்கள். இறைவனின் அருளால் பல சித்திகளை அடைந்தவர்கள். சூழ்நிலைகளைப் பொறுத்து, தேவைப்பட்டால் மட்டுமே தம் சக்தியை, ஆற்றலை வெளிப்படுத்துவர்.

பொதுவாக நம் ஊர்களில் காணப்படும் சாமி

யார்கள் என்பவர்கள் வேறு. கோவை மாவட்டத்தைச் சார்ந்த ஊரில் ஒரு சாமியார் இருந்தார். அவர் தன்னுடைய கையில் கடவுளைக் காட்டுவார். தான் கண்ட கோயில் கருவறைகளை ஒவ்வொன்றாகச் சொல்லி எது வேண்டும் பார் என்பார். அவர் சொல்லாத கோயில்களைக் காட்டச் சொல்லி கேட்கக் கூடாது. கேட்டால் காட்டவும் முடியாது. இதுபோல போலி வித்தைக் காரர்கள் வேறு. சித்தர்கள் இத்தகைய மாயா ஜால வித்தைகளை வெறுத்து ஒதுக்கியவர்கள். மக்களை தோஷம் என்று ஏமாற்றுவதும், பரிகாரம் என்று சொல்லிப் பணம் பறிப்பதும், முனிவர்கள் போல வேஷமிட்டுத் திரிவதும், சித்தர்களின் செயல்கள் அல்ல.

இடைவிடாது பல காலம் யோக மார்க்கத்தில் ஈடுபட்டு மனத்தை ஒரு நிலைப்படுத்தி, படிப்படியாக இலய யோகம் செய்து (இலயம் என்பது ஒன்றுபடுதல் ஆகும். இறைவனுடன் ஆன்மா ஒன்று படும் பயிற்சிகள் அடங்கியது இலய யோகம்) அட்டமா சித்துக்களை இறைவனருளால் பெற்றவர்கள் சித்தர்கள். இந்தச் சித்துக்களைத் தேவையில்லாமல் ஆடம்பரத்துக்காக அவர்கள் செய்வதில்லை. நாம் செய்வதற்கு அரிய செயல்கள் என்று நினைப்பவற்றை சித்தர்கள் சர்வ சாதாரணமாகச் செய்வார்கள்!

அட்டமா சித்துக்களையும் கைவரப் பெற்றவர்களே சித்தர்கள். கைவரப் பெற்ற போதிலும் அவற்றைச் சித்தர்கள் விரும்புவதில்லை; வெளிக் காட்டுவதில்லை; அந்த சக்தியைப் பயன்படுத்துவதும் இல்லை.

அட்டமா



அணிமா: பெரிய ஒரு பொருளைத் தோற்றத்தில் சிறியதாக ஆக்குவது.

பிருங்கி முனிவர் முத்தேவர்களை மட்டும் வலம் வருவதற்காக சிறு வண்டாக உருமாறினார் என்னும் புராணச் செய்தி அணிமா என்ற சித்தைக் குறிக்கும்.



மகிமா: சிறிய பொருளை பெரிய பொருளாக ஆக்குவது.

வாமன அவதாரத்தில் திருமால் இரண்டடியால் மூன்று உலகங்களை அளந்ததும், கிருஷ்ணன் அருச்சுனனுக்கு உயர்ந்த வடிவம் காட்டி, உலகமே தன்னுள் அடக்கம் என்று காட்டியதும் மகிமா என்னும் சித்தாகும்.



லகிமா: கனமான பொருளை இலேசான பொருளாக ஆக்குவது.

திருநாவுக்கரசரை, சமயப் பகை காரணமாக கல்லில் கட்டி கடலிலிட்டபோது, கல் மிதவையாகி கடலில் மிதந்தது லகிமா என்னும் சித்தமாகும்.



கரிமா: இலேசான பொருளை மிகவும் கனமான பொருளாக ஆக்குவது.

அமர்நீதி நாயனாரிடம் கோவணம் பெறுவதற்காக இறைவன் வந்தபோது, ஒரு கோவணத்தின் எடைக்கு தன்னிடம் உள்ள எல்லாப் பொருட்களை வைத்தும் தராசுத் தட்டு சரியாகாமல் கடைசியாக தானும், தன் மனைவியும் ஏறி அமர்ந்து சரி செய்த சித்தி கரிமா.

சித்துக்கள்



பிராத்தி: எவ்விடத்திலும் தடையின்றி சஞ்சாரம் செய்வது.

திருவிளையாடல் புராணத்தில் 'எல்லாம் வல்ல சித்தரான படலம்' என்னும் பகுதியில் சிவன் ஒரே சமயத்தில் நான்கு திசைகளிலும் காட்சியளித்ததாக வரும் சித்தி 'பிராத்தி'.



பிரகாமியம்: வேண்டிய உடலை எடுத்து நினைத்தவரிடத்தில் அப்போதே தோன்றுதல்.

ஔவையார் இள வயதிலேயே முதுமை வடிவத்தைப் பெற்றதும், காரைக்கால் அம்மையார் தன்னுடைய அழகான பெண் வடிவத்தை மாற்றி, பேய் வடிவம் பெற்றதும் பிரகாமியம் என்னும் சித்தாகும்.



ஈசத்துவம்: ஐந்து தொழில்களை நடத்துதல்.

திருஞான சம்பந்தர் பூம்பாவைக்கு உயிர் கொடுத்து எழுப்பியமை ஈசத்துவம் சித்தாகும்.



வசித்துவம்: ஏழு வகைத் தோற்றமாகிய தேவ, மானிட, நரக, மிருக, பறப்பன, ஊர்வன, மரம் முதலியவற்றைத் தம் வசப்படுத்துதல்.

திருநாவுக்கரசர் தன்னைக் கொல்வதற்காக வந்த யானையை நிறுத்தியதும், இராமர் ஆல மரத்திலிருந்து ஒலி செய்துகொண்டிருந்த பறவைகளின் ஓசையை நிறுத்தியதும், வசித்துவம் என்னும் சித்தாகும்.

அட்டமா சித்துக்களின் வெளிபாட்டால் இவை போன்ற நிகழ்ச்சிகள் நடக்குமா? அறிவுக்கு ஒத்து வராதவை போலத் தெரிகிறதே என்ற சந்தேகம் எழலாம். அறியாமை, அனுபவம் இல்லாமை, நம்பிக்கை இல்லாமை, மனப்பயிற்சி இல்லாமை, மனம், சொல், செயல்களில் தூய்மை இல்லாமை எல்லாம் பெற்றுள்ள நம்மால், சித்தர்களையும் அவர் தம் சக்தியையும் புரிந்து கொள்ள முடியாதுதான். கடைசி மனிதன் மோட்சம் பெறுகிற வரை நாங்கள் உலகத்தில் இருந்து கொண்டிருப்போம் என்று, ஆலயங்கள்தோறும் அருவ வடிவில் சூட்சும நிலையில் இன்றும் வாழ்ந்து, மனிதர்களுக்கு சக்தியையும் அருளையும் வழங்கிக் கொண்டிருப்பவர்கள் சித்தர்கள். அவர்கள் காட்டிய வழி உன்னதமானது. அவர்களுடைய கொள்கைகளைக் கடைப்பிடித்தால், மனித சமுதாயம் நிச்சயம் மேன்மை அடையும் என்பது உண்மை.

தமிழ்நாட்டில் சித்தர் மரபில் ஒரு சம்பிரதாயம் உண்டு. சிவபெருமான் முதல் சித்தராக ஆதி சித்தர் எனும் பெயருடன் வழிபடப்படுகிறார். மதுரை மீனாட்சி அம்மன் ஆலயத்தில் பிராகாரவலம் வரும்போது எல்லாம் வல்ல சித்தராக சிவபெருமான் அமர்ந்த சன்னிதியைக் காணலாம். கைலாய பரம்பரையில் வந்தவர்கள் தமிழ் சித்தர்கள். தமிழ் சித்தர்களில் திருமூலர், அகத்தியர், சிவவாக்கியர், இடைக்காடர், பாம்பாட்டியார், கொங்காண சித்தர், கடுவெளிச் சித்தர் உள்ளிட்டவர்கள் சிறப்புப் பெற்றவர்கள், சித்தர்கள் மருத்துவம், இரசவாதம், தந்திர சாஸ்திரம், மந்திரம், வானியல், யோகம் முதலிய பல்துறைகளில் கை தேர்ந்தவர்கள். தாம் அறிந்தவற்றை இந்தச் சமுதாயத்தின் முன்னே பாடல்களாக வைத்தனர். கடை விரித்தார்கள். நாம் அவற்றைக் கொள்ளவில்லை என்பதே நிதர்சனம்.

(சித்தர் நெறி தொடரும்)

நல்ல பெண்மணி 108 !

29 ஆண்டு மலர்

"மகாத்மா காந்தி நாக்பூருக்கு வந்திருந்தபோது, நான் என் தோழிகளுடன் அவரைச் சென்று பார்த்து பேசி விட்டு வந்தேன். அவர் என்னை எப்போதும் 'உண்மையே பேசு' என்று கூறியதுடன் 'மற்றவர்கள் உடைமைகளுக்கு ஆசைப்படாதே' என்று அறிவுரை கூறியதும் இன்



றும் என் மனதில் பசுமையாக நினைவிருக்கிறது" என்கிறார் நூற்றியெட்டு வயதான (1.7.1900) சரஸ்வதி ராமசுவாமி.

இவர் தற்போது வசிப்பது விஷ்ராந்தி முதியோர் இல்லம்.

கஸ்தூர்பா அன்னை, தனக்கு ராட்டை சுற்றுக் கொடுத்ததையும், காந்திஜியின் அறிவுரைப்படி தன் சொத்துக்களை எல்லாம் காங்கிரஸ் கட்சிக்குக் கொடுத்ததையும், காந்திஜி, மோதிலால் நேரு, சரோஜினி நாயுடு போன்ற பல சுதந்திரத் தலைவர்களுடன் பேசியதையும், மூவண்ணக் கொடியைக் கையில் ஏந்தி, கோஷங்கள் போட்டுக் கொண்டு இந்தியத் தெருக்களில் சென்றதையும் நினைவு கூர்கிறார்.

இந்திய சுதந்திரத்துக்காக மூண்ட கலகத்தில் இவர் கணவர் தலைநகரில் சுட்டுக் கொல்லப்பட்டார். அந்த நேரத்தில் சரஸ்வதி மைசூரில் தன்னுடைய ஐந்தாவது குழந்தையைப் பெற்றெடுத்திருந்தார். உடனே தில்லிக்குப் பயணமானார். ஐந்து குழந்தைகளில் மூன்று பேர் கலகத்தில் மிதிபட்டு இறந்துவிட்டனர். ஒரு குழந்தை ஏதோ விஷஜந்து கடித்து இறந்தது. கடைசியும் அம்மை நோய் கண்டு இந்த உலகை விட்டுப் பிரிந்தது.

இதைவிட சோகம் ஒரு தாயின் வாழ்க்கையில் நிச்சயமாக நடக்க முடியாது.

இவருக்கும் கர்ணனுக்கும் கொஞ்சம் ஒற்றுமை உண்டு. இவருடைய தாய் மாமனுக்கு மூத்தது பெண்ணாக பிறந்ததைப் பொறுத்துக் கொள்ள முடியவில்லை. அதனால் குழந்தை சரஸ்வதியை ஒரு புடைவையில் சுற்றி கூடையில் வைத்து ஆற்றில் விட்டுவிட்டாராம். அவர்கள் வீட்டு வேலைக்காரி குழந்தையைச் சுற்றியிருந்த புடைவையைப் பார்த்து அடையாளம் கண்டு, குழந்தையை அதன் பெற்றவளிடம் சேர்த்து விட்டாளாம்.

"108 வயதையும் தாண்டி நான் வாழ வேண்டி இருக்கும்போது எப்படி பிறந்தவுடன் நான் இறந்திருக்க முடியும்?" என்று சிரித்துக்கொண்டே கூறுகிறார்.

– கலா மூர்த்தி, சென்னை

சேவை

குஜராத்தில் உள்ள வேரவல் நகருக்கு 7 கி.மீ. தூரத்தில் பன்னிரண்டு ஜோதிர் லிங்கங்களில் முதன்மையான சோம்நாத் கோயில் இருக்கிறது. கஜினி முகம்மது படையெடுத்து அழித்தாரே அதே தொன்மையான ஸ்தலம்தான்!

இங்குள்ள அரபிக் கடற்கரையிலிருந்து சோம்நாத் கோயில் அரை ஃபர்லாங் தூரத்தில் இருக்கிறது. இந்தக் கடற்கரை கறுப்பு மணலால் சூழப்பட்டுள்ளது. இங்கு ஒட்டகங்களை அழகழகாக அலங்கரித்து அதன் முதுகில் அம்பாரி போல அமைத்து அதில் பயணிகளை ஏற்றி உலா வரச் செய்து மகிழ்விக்கிறார்கள்.



கோயில் மிக அழகாக, அமைதியாக உள்ளது. காலை ஏழு மணிக்கும் மதியம் பன்னிரண்டு மணிக்கும் இரவு ஏழு மணிக்கும் நடக்கும் மங்கள ஆரத்தி மிகவும் விசேஷம்.

சரியாக மாலை ஏழு மணிக்கு பஞ்சகச்சமும் ஷர்ட்டும் மேல் துண்டும் அணிந்த அர்ச்சகர் முதலில் சாம்பிராணி புகை போடுகிறார். கர்ப்பகிரஹத்தில் இருக்கும் சுவாமி உட்பட எதுவுமே தெரிவதில்லை. அந்த அளவு புகை மண்டலமாக இருக்கிறது. அடுத்து ஏழு முகங்கள் கொண்ட ஆரத்தியை அர்ச்சகர் மிக... மிக... நிதானமாக ஒன்பதுமுறை காட்டுகிறார். அந்தத் தீப ஒளியில் மலர்களினால் அலங்கரிக்கப்பட்டுள்ள சோமநாத் லிங்கமும் அதன் பின்னால் பளிங்கு சிலையில் சிரித்த முகத்துடன் நின்ற கோலத்தில் பார்வதி தேவியும் அழகு மிளிரக் காட்சியளிக்கிறார்கள்.

மங்கள ஒலிகள் முழங்க பக்தர் கூட்டம் ''சிவாய நமஹ, சிவாய நமஹ'' என்று இரு கைகளையும் தட்டிக்கொண்டு எழுப்பும் பக்தி கோஷத்தில் மெய் சிலிர்க்கின்றது.



சுற்றுலா



இது முடிந்ததும் ஒலியும் ஒளியும் காட்சி நடக்கிறது. பிராகாரத்தில் உள்ள கேலரியில் சென்று அமர்ந்தால், இந்தக் கோயில் உருவான கதையை சமுத்திர ராஜனே கூறுவது போல அமைத்திருக்கிறார்கள். அந்த ஒளி, கர்ப்பகிரஹ கோபுரத்தின் மீது படும்படி அமைத்து இருப்பது பார்வையாளர்களை வெகுவாகக் கவர்கிறது.

கஜினி முகம்மது படையெடுத்து, சோம்நாத்கோயிலை உடைத்து சிலைகளையும் நகைகளையும் அபகரித்துச் சென்று விட்டாராம்.

அடுத்து வந்த முகம்மது அரசர்களும் மீண்டும் மீண்டும் படையெடுத்து, கோயிலைக் கொள்ளையடிக்க, இதுபோல பல

சமுத்திரராஜன் சொன்ன கதை!

முறை நடந்துள்ளது. கடைசியாக கோயிலை உடைத்தது அல்லாவுதீன் கில்ஜி. அதற்குப்பிறகு இந்தியாவுக்கு சுதந்திரம் கிடைத்தவுடன் அரசாங்கத்தின் உதவியை எதிர்பார்க்காமல், மக்களாகிய நாமே நிதி திரட்டி இக்கோயிலைப் புனருத்தாரணம் செய்ய வேண்டும் என்று காந்தி அடிகள் கூறினாராம்.

அதன்படியே, 'சோம்நாத் டிரஸ்ட்' என்று ஓர் அறக்கட்டளையை ஆரம்பித்து நிதி திரட்டியுள்ளனர். ராஜேந்திர பிரசாத்தின் கையால் அடிக்கல் நாட்டப்பட்டு, லிங்கம் பிரதிஷ்டை செய்யப்பட்டுள்ளது. பல நதிகளின் புண்ய தீர்த்தத்தைக் கொண்டு வந்து ராஜேந்திர பிரசாத் தமது கையாலேயே அபிஷேகம் செய்து ஆரம்பித்து வைத்தாராம்.

இக்கோயிலின் கும்பாபிஷேகம் சங்கர் தயாள் சர்மா தலைமையில் நடைபெற்றதாகக் கூறி மிகவும் அருமையாக வழிபாடுகள் நடைபெற்று வருகின்றன. ''இது அத்தனையையும் நான் பார்த்துக் கொண்டு இன்னும் அதே அலைகளுடன் அமைதியாக இருக்கிறேன்'' என்று சமுத்திரராஜன் முடிப்பதுபோல, இந்தி மொழியில் அழகாக வர்ணனை செய்திருந்தனர்.

– ஆர்.ராஜலெக்ஷ்மி,
வேரவல், குஜராத்



கேங்டாக், யும்தாங், பெல்லிங் என்று வெகேஷனில் பதினைந்து நாட்கள் அழகு மிகு சிக்கிமை சுற்றியடித்துவிட்டு, என் கணவருடனும், கல்லூரியில் படிக்கும் மகனோடும், காரில் மலைப் பாதையில் டார்ஜிலிங்கிலிருந்து கீழே இறங்கிக் கொண்டிருந்தோம்.

தேயிலைத் தோட்டங்களிடமும், மலை வளைவுகளிடமும் டாட்டா சொல்லிக் கொண்டே ஒவ்வொருவராக ஸ்வெட்டர்களைக் கழற்றினோம்.

வெயிலின் திடீர் வருகை சமதளத்தில் வந்து சேர்ந்து விட்டதைத் தெரிவித்தது.

குறிப்பாக எங்கே வந்து சேர்ந்திருக்கிறோம் என்று ஜன்னல் வழியாகக் கவனிக்கத் தொடங்கினேன்.

ஏதோ ராணுவ முகாம் போல் இருந்தது. ஆனால், மேலே நாங்கள் பார்த்த பல ஊர்களிலும் இதேபோல அவ்வப் போது ஆர்மி ஏரியாக்கள்தான்.

அப்போதுதான் இடப்பக்கம் அந்தப் பலகை என் கண்ணில் பட்டு மறைந்தது.

கப்ரெயில் பஜார்...!

ஓ... கப்ரெயில் என்ற ஊர் இங்கேதான் இருக்கா...?

பழைய ஞாபகங்கள் சரசரவென்று பறந்து வந்தன.

இதே போன்ற ஒரு கோடையில், குறிப்பாகச் சொல்லவேண்டுமென்றால்,

சிறுகதை

■ ஜி.பி.சதுர்புஜன்

பிரமோஷன்

1996 கோடையில்தான், எனக்குத் திடீரென்று தாம்பரம் கேந்திரிய வித்யாலயா பள்ளியிலிருந்து கப்ரெயில் ஸ்கூலுக்கு டிரான்ஸ்ஃபர் வந்தது. அப்போதுதான் இடம் மாறி ஒரு வழியாக தாம்பரத்தில் குடும்பத்துடன் நாங்கள் செட்டிலாகி இருந்த நேரம் அது.

கப்ரெயில் கே.வி.க்கு பணிமாற்றம் என்றதும் எனக்கும் என் கணவருக்கும் தூக்கிவாரிப் போட்டது.

எங்கே இருக்கிறது கப்ரெயில் என்று என் சக ஆசிரியர்களிடம் எல்லாம் கேட்டேன்.

எல்லோரும் சொல்லி வைத்த மாதிரி விழித்தார்கள்.

''கப்ரெயில் - டார்ஜிலிங்னு போட்டிருக்கே. அப்ப எங்கியோ டார்ஜிலிங் பக்கம்தான் இருக்கணும். ஹில் ஸ்டேஷன். நன்னா குளுகுளுன்னு இருக்கும். ஜாலியா போயிட்டு வாங்கோ!'' - இந்தி ஆசிரியர் சீதாராம் எப்போதும் போல் கிண்டலில் முந்திக் கொண்டார்.

இந்திய வரைப் படத்தை எடுத்து பூதக் கண்ணாடியை வைத்துக்கொண்டு அலசினேன். சிலிகுரி அருகே சின்னூண்டு எழுத்தில் தென்பட்டது.

டிரெயின்ட் கிராஜுவேட் டீச்சரிலிருந்து போஸ்ட் கிராஜுவேட் டீச்சராகப் பிரமோஷனில்தான் அனுப்புகிறார்கள். நான் வெகு நாளாக எதிர்பார்த்துத் தவமிருந்து காத்திருந்த பதவி உயர்வுதான். ஆனால், அதற்கென்று இப்படியா ஊர் பேர் தெரியாத கப்ரெயில் என்ற காட்டில் தூக்கிப் போடுவார்கள்?

வந்த வாய்ப்பை விடவும் மனசில்லை. கணவரைக் கேட்டேன்.

''போறதுன்னா போயிட்டு வா... அப்புறம் வெகேஷனுக்கு வெகேஷன்தான் நாம சந்திக்க முடியும். கார்த்திக்கையும் வேணும்னா உன்கூடவே கூட்டிட்டுப் போ. அவனுக்குத்தான் கே.வீ. டு கே.வீ. உடனே ஸ்கூல் மாத்திக் குடுத்துடுவாங்களே...'' என்றார்.

இப்படிக் கேட்டவுடன் 'ஓ.கே, போ' என்று சொன்னதும், என்னைச் சந்தேகப் பேய் நன்றாகப் பிடித்துக்கொண்டது.

ஐயோ... இதுக்குன்னே காத்திருந்தது போல, போ...ங்கிறானே இந்த மனுஷன்?

என்னுடைய பதவி உயர்வுக் கனவை யெல்லாம் காலடியில் போட்டு நசுக்கி விட்டு, பிரமோஷன் வேண்டாம் என்று எழுதிக்கொடுத்துவிட்டு வந்தேன்.

நிம்மதியாக இருந்தது.

ஆனால், அந்த நிம்மதி எல்லாம் சில நாட்களுக்குத்தான்.

என்னைவிட வயதிலும், அனுபவத்திலும் குறைந்த சந்திரா, சேதுமாதவன், இதோ இப்போது, பூரணி... இவர்கள் அனைவரும் பிரமோஷன் ஆகி, பி.ஜி.டி., பி.ஜி.டி., என்று பெருமையோடு வலம் வரும்போது எனக்கு உள்ளே ஆழமாக வலிக்கத்தான் செய்தது.

நீ வெறும் டி.ஜி.டி.தான் என்று குத்திக் காட்டுகிறார்களோ...?

மீண்டும் சாலையைக் கவனித்தேன்.

ஒரு கடையில், ஒரு அலுவலகத்தில், என்று எல்லா பலகைகளிலும் கப்ரெயில், கப்ரெயில் என்று எழுதியிருப்பது மட்டும் கண்ணில் பட்டது.

நினைத்துப் பார்க்கிறேன்.

அந்த பிரமோஷனை மட்டும் ஒப்புக் கொண்டு இங்கே வந்திருந்தால், நிச்சயம் பிரின்ஸிபலாக ஆகியிருப்பேன்.

இத்தனை வருஷத்துக்குப் பிறகும், கேள்வித்தாள்களைத் தயாரித்துக் கொண்டும், லெசன் ப்ளான் எழுதிக் கொண்டும், இப்படி அல்லாடிக் கொண்டு கிடக்காமல், ஸ்டைலாக, கால்மேல் கால் போட்டுக் கொண்டு எல்லோரையும் விரட்டிக் கொண்டு அல்லவா இருந்திருப்பேன்?

அன்று நிராகரித்து விட்டு, இன்று இப்படிக் கிடந்து அலைபாய்கிறதே மனம்?



மதுரையில் ஆட்டோ ஒன்றில் எழுதப்பட்டிருந்த வாசகம்:

'வண்டியில் செல்லும்போது
செல்லுக்கு செவி சாய்க்காதே!
கூப்பிடுவது எமனாகக்கூட
இருக்கலாம்.'

- என் சாந்தினி, மதுரை - 9

கார், கொல்கொத்தா விமான நிலையத்தை எட்டிக் கொண்டிருந்தது.

டிரைவர், பக்கத்தில் வளர்ந்த பையன், என்று எதையும் பார்க்காமல், திடீரென்று என் கணவரின் கைகள் என்னைக் காரிலேயே இழுத்துப் பிடித்து அணைத்தன - இந்த வயதிலும்.

''லதா, டியர்... ஐ ரியலி லவ் யூ... எங்க ரெண்டு பேருக்காகத்தானே நீ இந்த கப்ரெயில் பிரமோஷனை அப்ப வேண்டாம்னு உதறித் தள்ளினே! யூ ஆர் ரியலி கிரேட்!''

நேருக்கு நேர் என் கண்களிடம் பேசினார்.

''நான் போகலாம்னு சொல்லியும், நீ அன்னைக்குப் போகலை பாரு... தட் வாஸ் ரியலி நைஸ் ஆஃப் யூ! உன் அன்பை, தியாகத்தை மறக்கவே மாட்டேன்.''

இது... இது... இந்த ஒரே வார்த்தை போதும்.

உலகத்திலேயே பெரிய பிரமோஷன் கிடைத்துவிட்டாற் போலிருந்தது எனக்கு.

இந்த பிரமோஷனும் கப்ரெயிலில் தான் - என்ன ஓர் ஒற்றுமை! ●

புதினா இருக்க பயமேன்!



- புதினா தூளையும் உப்பையும் கலந்து பல்வலி உள்ள இடத்தில் தேய்க்க பல்வலி குறையும்.
- சிறிதளவு புதினா, இஞ்சி, மிளகு இவற்றை வறுத்து, நீர் விட்டு கண்டக் காய்ச்சி 50 கிராம் பனை வெல்லம் சேர்த்துச் சாப்பிட குமட்டல் தீரும்.
- புதினாவோடு இஞ்சியை சேர்த்து சாப்பிட வாய் நாற்றம் தீரும்.
- புதினா இலைகளை வேக வைத்து நீரை வடிகட்டி உப்பு எலுமிச்சை சாறு கலந்து குடித்து வர பித்தம் தீரும்.
- புதினாவை நீர்விட்டு காய்ச்சி நீரை வடிகட்டி உப்பு கலந்து கொப்பளித்து வர, குரல் வளம் பெறும்.
- புதினாவை அரைத்து, தேன், எலுமிச்சை சாறு கலந்து, சாப்பிட்டு வர வயிற்றுப் பூச்சிகள் ஒழியும். சிறுநீர் எரிச்சல் தீரும்.
- புதினா , சிறு துண்டு இஞ்சி, மிளகு, சீரகம், கறிவேப்பிலை, பிரண்டைத் துளிர், புளி சேர்த்தரைத்து, இதோடு வறுத்த உளுந்து, தேவையான உப்பு சேர்த்துத் துவையலாக அரைத்து சாப்பிட்டு வர அஜீரணம் தீரும்.
- புதினாவையும், கறிவேப்பிலையும், நல்லெண்ணெயில் வதக்கி சிறிது புளி வறுத்த உளுந்தையும் சேர்த்து அரைத்து வாந்தி வரும் நேரங்களில் தின்று வர வாந்தி தீரும்.
- புதினா இலை சாறுடன் தேன் கலந்து சாப்பிட மாதவிடாய் ஒழுங்காகும்.
- புதினாவை தண்ணீரில் ஊற வைத்து நீரை வடிகட்டி குடித்து வர அஜீரணம், குமட்டல் குணமாகும்.
- புதினாவை இடித்து சாறு எடுத்து நெற்றிப் பொட்டில் பூச தலைவலி தீரும்.

– அ.சித்ரா அனந்தகுமார்,
கன்னியாகுமரி



நனைந்த கிழவி வந்தால்!

பழமொழிகள்



குமரி தனிவழி போனாலும்
கொட்டாவி தனியே போகாது.

மனை இடிந்தால் கட்டலாம்
மனது இடிந்தால் கட்ட முடியாது!

இல்லையெனும் வீட்டில்
பல்லியும் தலை காட்டாது.

ஆசை தீர வாழ்ந்தவனுமில்லை
அழுக்குப் போக
குளித்தவனுமில்லை

சீதை அழகால் கெட்டாள்
திரௌபதி வாயால் கெட்டாள்.

பாலைப் புகட்டி வளர்க்கலாம்
பாக்யத்தைப் புகட்டி வளர்க்க
முடியாது.



மூக்கு உள்ளவரை சளி இருக்கும்.

உள்ளதை ஓர்ப்படியிடம்
கொடுத்துவிட்டு
மதனியிடம் மன்றாடி நின்றாளாம்.

நனைந்த கிழவி வந்தால்
காய்ந்த விறகுக்குக் கேடு.



ஊமையன் படித்த ராமாயணம்
உபன்யாஸத்துக்கு உதவாது.

அறுக்கத் தெரியாதவன் இடுப்பில்
அம்பத்திரண்டு கருக்கரிவாள்.

- பானுமதி ராதாகிருஷ்ணன்,
பாபநாசம்



என்னும் திருமந்திரமும்!

★ **ஓம்** - ஓம்காரரூபம்கணபதி; இவரே முழுமுதற் கடவுள்!

★ **ராம** - இரண்டாவது யுகமான த்ரேதாயுகத்தில் நீதி, தர்மம் காத்து ராஜ்ய பரிபாலனம் செய்து வாழ்ந்து காட்டியவர்

★ **முருகா** - பரமசிவனின் மூன்றாவது கண்ணிலிருந்து உதித்தவர்.

★ **நாராயணா** - நான்கு வேதங்களையும் ப்ரம்மனிடம் அளித்து ஸ்ருஷ்டியைத் தொடங்கி வைத்த மூலநாயகன்.

★ **நமசிவாய** - பஞ்சபூதங்களான நீர், நிலம், நெருப்பு, வாயு, ஆகாயம் எல்லாம் தன்னுள்ளே கொண்டவர்

★ **சரவணபவ** - ஆறு கார்த்திகை பெண்களால் வளர்க்கப்பட்டு ஆறுபடை வீடுகளை அமைத்துக் கொண்டு பக்தர்களை ரக்ஷிப்பவர்.



★ **வேங்கடாசலம்** - ஏழு மலைகளைக் கடந்து வரும் பக்தர்களின் பாபங்களைக் கத்தரித்துப் போக்கக்கூடிய கலியுக தெய்வம்

வேம் என்றால் - பாபம்

கட என்றால் - கத்தரித்தல்

அசல என்றால் - மலை

★ **குருவாயூரப்பன்** - அஷ்டதிக் பாலகர்களான குருவும், வாயுவும் கலியுகத்திற்கு அளித்த கண்கண்ட தெய்வம். இவரது அற்புத லீலைகள் ஆனந்தம்.

★ **உடுப்பி கிருஷ்ணன்** - நவ வித பக்தியோடும், நவ துவாரங்களின் வழியாகவும் தரிசிக்கும் கோடானுகோடி பக்தர்களை கருணையோடு ரக்ஷிப்பவன்.

- லலிதா ஜகதீசன்,
சென்னை- 40.





உடல் எடையைக் குறைக்கறவங்க இதை ஃபாலோ பண்ணுங்களேன்...!

உடல்

ரொம்ப சிம்பிள்.. இந்தக் கட்டுரையைப் படிங்க!

★ உங்களுக்கு எதை உண்ணப் பிடிக்குமோ, அதைத் தவிருங்கள். இது கொஞ்சம் கஷ்டம்தான். முதல் நான்கு நாட்கள் மிக கடினம் போல தோன்றும். முழுமையாகத் தவிர்க்க முடியாவிடினும், சிறிது சிறிதாகத் தவிர்க்கப் பாருங்கள். முழுமையாகத் தவிர்த்தபின் உங்கள் ஆர்வம் குறையத் தொடங்கியிருப்பதை நீங்களே உணர்வீர்கள்!

★ மூச்சுப் பயிற்சி செய்வதன்மூலம் மன இறுக்கத்தைப் போக்கலாம். மன இறுக்கம்கூட அதிகப்படியான உணவு உண்பதற்கு ஒரு காரணம்.

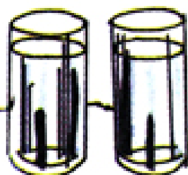
★ உடல் தளர்ச்சியின்போது உண்ணும் எண்ணம் தோன்றலாம். அச் சமயங்களில் கதவை அடைத்து, கண்களை மூடி ரிலாக்ஸ் செய்யுங்கள். குறிப்பாக சமையலறை பக்கம் போகாமல் ஏதாவது வேலைகளில் ஈடுபடலாம்!

★ கொழுப்பு நிறைந்த உணவுகளை உண்ணும் முன் உங்கள்

அம்மாடி... நான் உன்னை மாதிரி ஆகணும்!

எடையையும் உடலையும் ஒரு முறை நினைத்துப் பாருங்கள்.

★ இரண்டு தம்ளர் தண்ணீர் மற்றும் 25 கிராம் நட்ஸ் (பாதாம், நிலக்கடலை, வால்நட்) சாப்பிடலாம். இருபது நிமிடங்களில் தீனி உண்ணும் உங்கள் எண்ணத்தை அழித்து, உங்கள் உடல் ரசாயனத்தை மாற்றிவிடும்.





(குறிப்பு: உலர் பருப்புகள் உட

எடை குறைய...

லுக்கு நல்லதல்ல என்ற தவறான எண்ணம் உண்டு; தினமும் சிறிதளவு உலர் பருப்புகள் எடுத்துக் கொள்வது உடல் எடையைக் குறைக்கும் என்பது ஆய்வில் நிரூபணமாகியுள்ளது.)

★ கொழுப்பு நீக்கப்பட்ட பாலை உபயோகிக்கவும்.

★ எப்போதும் வாய் சுத்தமாக இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ளவும். தேவையெனில் மவுத்வாஷ் உபயோகிக்கலாம். வாய் சுத்தமாக இருக்கும்போது, கண்டதை உண்ணும் எண்ணம் தோன்றாது.

★ தீனி உண்ணும் எண்ணம் பத்து நிமிடங்களுக்கு மேல் நீடிக்காது. எனவே அந்த பத்து நிமிடங்கள் உங்கள் மனத்தை பாட்டு கேட்பதன்மூலமோ, உடற்பயிற்சி செய்வதன் மூலமோ அல்லது தியானிப்பதன் மூலமோ திசை திருப்பலாம்.

★ பசிக்கும் போதெல்லாம், பப்பாளி, வெள்ளரிக்காய், தக்காளி போன்றவற்றை 'சலாட்' செய்து சாப்பிட்டு, ஒரு தம்ளர் வெதுவெதுப்பான நீர் குடித்து வந்தால் நாளடைவில் உடல் எடை குறையும்.

★ கல்யாண விருந்துகளைக் கட்டாயம் தவிர்க்கவும். ஒரு வேளை, மிக அவசியமான விருந்து நிகழ்ச்சி என்றால், காய்கறி, கீரை சூப் என பாதி வயிறு நிறைத்துக்கொண்டு செல்லுங்கள். இதனால் ஐஸ்க்ரீம், ஸ்வீட்ஸ் என கண்டபடி சாப்பிடத் தோன்றாது.



★ கீழேயுள்ள உடற்பயிற்சி அட்டவணையைப் பாருங்கள். அதன்படி நடந்து, வாயையும் கட்டுப்பாட்டில் வைத்தால், நிச்சயமாக உடல் எடை குறைந்து அழகாகி விடுவீர்கள்.

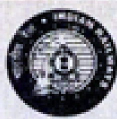
தெரியுமா..?

உடற்பயிற்சியின் அவசியத்தைப் பற்றி சொல்ல வேண்டியதில்லை. உடலின் ஆரோக்கியத்திற்கும், இளமைக்கும் உடற்பயிற்சி தேவையான ஒன்று. இதற்கென தனியே நேரம் செலவிட இயலாவிடினும் வீட்டுவேலை, படியேறுதல் மற்றும் தோட்டவேலை போன்றவற்றில் நம்மை ஈடுபடுத்திக் கொள்வதே, சிறந்த உடற்பயிற்சியாகும். இவை எவ்வளவு கலோரிகளை எரிக்கின்றன. எவ்வளவு எடையைக் குறைக்கின்றன தெரியுமா? படியுங்கள் கீழே...!

மன அழுத்தம்கூட உடல் எடை கூட காரணமாகலாம். உடற்பயிற்சியின்போது சுரக்கும் 'எண்டோர்ஃபின்' (Endorphin) என்னும் ஹார்மோன் மன அழுத்தத்தைக் கட்டுப்படுத்துகின்றது. மேலும் 'டிரிப்டோஃபேன்' (Tryptophan) என்னும் அமினோஅமிலம் நிறைந்த சோயா மற்றும் பால் பொருட்களும் மன அழுத்தத்தைக் குறைக்கும். இதனால்தான் நாம் டென்ஷனாக இருக்கும்போது காஃபி குடித்தால், சற்று ரிலாக்ஸ்டாக உணர்கிறோம். இப்போது புரிகிறதா?

வேலை	எடுத்துக் கொள்ளும் நேரம்	செலவழிக்கப்பட்ட கலோரிகள்/ ஒரு வாரத்துக்கு	எடை குறைவு/ ஒரு வருடத்தில் (கிலோ கிராம்)
மதியஉணவுக்குப்பின் ஒரு நடைப் பயிற்சி	10 நிமிடங்கள், வாரம் 5 முறை	170	1.25
படியேறுதல்	5 நிமிடங்கள், வாரம் 5 முறை	225	1.50
வீட்டு வேலை	2 மணி நேரம், வாரத்துக்கு	408	3.00
குழந்தைகளுடன் விளையாட்டு	1 மணி நேரம், வாரம் 3 முறை	612	4.50
தோட்ட வேலை	2 மணி நேரம், வாரத்துக்கு	712	5.00
நடனம்	2 மணி நேரம், வாரத்துக்கு	816	6.00

– ஜி.டி. மாலதி, நாமக்கல்



இந்தியன் ரயில்வேயின்
சிறப்பு யாத்திரை ரயில்



மகாசிவராத்திரி காசி யாத்திரை	ஷீரடி பாபா தரிசனம்
காசி - கயா - அலகாபாத்	ஷீரடி பாபா
ஹரித்வார் - ரிஷிகேஷ்	பண்டரிபூர் பாண்டுரங்கன்
டெல்லி - மதுரா - ஆக்ரா	மந்த்ராலயம் ராகவேந்திரர்
Dep : 19-02-2009, 13 Days, Rs. 6700	**Dep : 31-03-2009, 7 Days, Rs. 3600**

(இரயில், தங்கும் வசதி, உணவு, உள்ளூர் சுற்றிப்பார்த்தல்)

Travel Times (India) P. Ltd
இந்திய அரசின் சுற்றுலா துறையின் அங்கீகாரம் பெற்ற நிறுவனம்
11, Club House Rd, Anna Salai, Chennai-2.
Ph : 28461213, 2846113 1, 28461113

29, HIG Colony, 80 Ft Rd, Anna Nagar, Madurai - 20.
மதுரை : 4391228, 9443307132
191, 5th St., (Near Lala Hotel) Gandhipuram, Kovai-12.
கோவை : 2496667, 9345796778



பள்ளி, கல்லூரி மாணவ, மாணவியருக்கு
யுவஸ்ரீ கலா பாரதி விருது

தமிழ்நாடு, பாண்டிச்சேரி மற்றும் பெங்களூரைச் சார்ந்த பள்ளி கல்லூரி மாணவ,
மாணவியருக்கு மதுரை பாரதி யுவ கேந்திரா அமைப்பு சார்பில் **யுவஸ்ரீகலா பாரதி**
விருது மற்றும் **சுவாமி விவேகானந்தர் விருதுகள்** வழங்கப்படுகின்றன. நடந்து
முடிந்த மற்றும் கடந்த 3 ஆண்டுகளில் 10, 12 ஆம் வகுப்பு பொதுத்தேர்வுகளில் 80
சதவிகிதம் மற்றும் அதற்குமேல் மதிப்பெண் பெற்றவர்கள் இதற்கு விண்ணப்பிக்கலாம்.
மேலும் LKG முதல் கல்லூரி வரையிலான மாணவ, மாணவியர் படிப்பு, இசை,
பரதநாட்டியம், விளையாட்டு, ஓவியம், யோகா, UC MAS, ABACUS, மற்றும் பிற
துறைகளில் பரிசு பெற்றவர்களும், அவர்கள் பெற்ற பரிசுக்கான சான்றிதழின் ஜெராக்ஸ்
பிரதிகளுடன் ரூ. 10 அஞ்சல் தலை ஒட்டப்பட்ட சுய விலாசமிட்ட கவருடன் கீழ்கண்ட
முகவரிக்கு உடன் அனுப்பிட கேட்டுக்கொள்ளப்படுகிறார்கள். நிகழ்ச்சி அந்தந்த
மாவட்டத்தில் நடைபெறும். தேதி, இடம் ஆகியன அவரவர்களுக்கு
அனுப்பிவைக்கப்படும். விழாவின் போது ஒவ்வொருவருக்கும் எடுக்கப்படுகிற
புகைப்படத்திற்கான கட்டணத்தை ஒவ்வொருவரும் கண்டிப்பாக ஏற்க வேண்டும்.



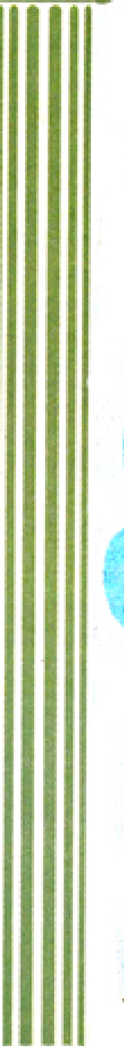


அரிமா நெல்லை பாலு,
நிறுவனர்-பாரதி யுவ கேந்திரா,
G-52, சாந்தி சதன் குடியிருப்பு, கோச்சடை,
மதுரை-625 016. செல் 94439-30815, 94426 30815.

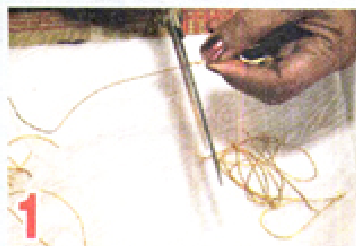


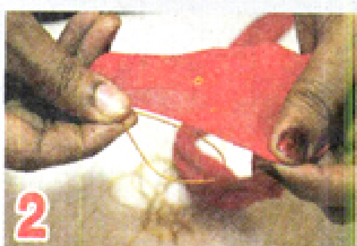
29

ஆண்டு மலர்



கை வேலை

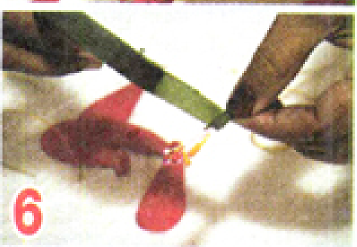


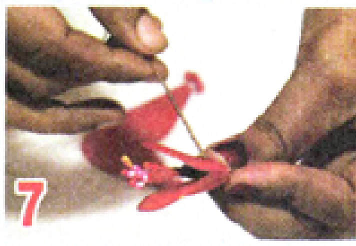


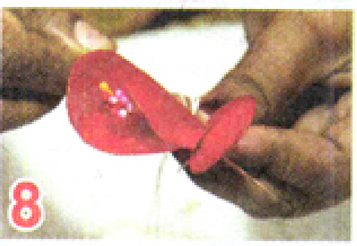


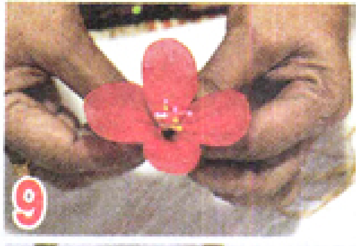


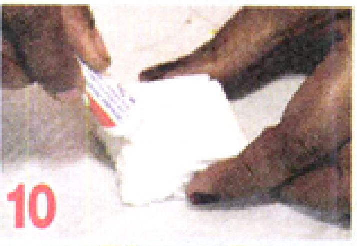
















மனங்கவரும் மலர்கூடை!

தேவையான பொருட்கள்

ஸ்டாக்கிங் துணி - சிவப்பு, மஞ்சள், ரோஸ்
மெல்லிய கம்பி - (கோல்டன் ஸ்டிரிங்)
பச்சை டேப் - சிறிது
தெர்மகோல் - சிறிய வடிவில்
தெர்மகோல் பால்ஸ், செயற்கை மகரந்தங்கள், பிளாஸ்டிக் இலைகள் - சிறிது
சின்ன பிரம்புக் கூடை - 1
ஃபெவிகால் - தேவைக்கு

செய்முறை

தங்கக் கம்பியை எடுத்து பன்னிரண்டு அங்குல அளவில் சமமாகத் தேவைக்கேற்ற எண்ணிக்கையில் வெட்டிக் கொள்ளவும். அதை மடித்து பூக்களின் இதழ் வடிவில் மடக்கிக் கொள்ளவும்.



இவ்வாறு பத்து கம்பிகளை மடக்கிக் கொள்ளவும். ஸ்டாக்கிங் துணியை இதழ் வடிவில் உள்ள கம்பியைச் சுற்றி இறுக்கமாக இழுத்து நூலால் கட்டவும். இப்போது மலரின் ஓர் இதழ் தயார்.

அடுத்ததாக

ஹோட்டல் இட்லியா?



குளிர் சாதனப் பெட்டியில் வைக்கப் படும் மாவு மெதுவாகப் புளிக்கிறது.

இதனால் நீர்ச்சத்து குறைந்து மாவின் அடர்த்தி அதிகமாகிறது. உடலில் சர்க்கரை அளவு கூடும் வாய்ப்பு ஏற்படுகிறது. அது மட்டுமல்ல!

* வாய்வுக் கோளாறு
* அல்சர்
* வயிற்று உபாதைகள்
* அஜீரணக் கோளாறுகள் ஏற்படுகின்றன.

அதேபோல ஹோட்டல் இட்லி சாப்பிட்டாலும் சர்க்கரை அளவு கூடும் வாய்ப்பு உண்டு.

வீட்டு இட்லியில் 1 பங்கு உளுந்து 4 பங்கு அரிசி. வெளியில் செய்யப்படும் இட்லியில் அரிசி அதிகம், உளுந்து குறைவு, சோடா உப்பு கொட்டை முத்து சேர்ப்பார்கள். புளிக்காமல் இருக்க சர்க்கரையும் சேர்க்கிறார்கள். உஷார்! உஷார்!

– லக்ஷ்மி நடராஜன், திருப்பூர்

காம்பைச் செய்யலாம். பூவின் காம்பிற்குத் தேவையான கம்பி ¼ மீ அளவு எடுத்து, இரண்டாக மடித்து, அதன் முனையைச் சிறிது முறுக்கி அதில் 4 அல்லது 5 செயற்கை மகரந்தங்களைக் கோத்து பச்சை நிற டேப்பினால் சுற்றவும்.

பிறகு, முதலில் 4 - இதழ்களை பூவின் காம்பில் வைத்து, ஊசி நூலால் தைக்கவும்.

அடுத்து 4 - இதழ்களைச் சுற்றி 6 - இதழ்களை நூலால் கட்டவும். கட்டிய நூல் தெரியாமல் இருக்க, பச்சை கலர் டேப்பைக் கொண்டு மறைத்து, பூவின் காம்பு முடியும் வரை சுற்றவும். இப்பொழுது பூ தயார்.

(குறிப்பு: இதழின் கம்பி பெரியதாக இருந்தால், சமமாக வெட்டிக் கொள்ளவும்.)

பிரம்பு பூக் கூடையின் உள் அமைப்புக்கு ஏற்ற மாதிரி தெர்மகோலை வெட்டி, பூக் கூடையின் உள்ளே வைத்து அழுத்தி விடுங்கள். பிறகு, அதன் மேல் பெவிகால் தடவி, பல வர்ணங்களில் உள்ள தெர்மகோல் பால்ஸ் தூவவும்.

பூக்களுக்கு நடுவில் பிளாஸ்டிக் இலைகளையும் சேர்த்து ஆங்காங்கே குத்தி விடுங்கள். தயாரித்த பூக்களைக் கற்பனைக்கேற்ப செருகி விடுங்கள்.

இப்பொழுது, அழகான பூக்கூடை ரெடி.

– எச். சந்திரா, சென்னை – 4

படங்கள்: ஸ்ரீஹரி

சிறுநீரகம்

செயல்படவில்லையா?

மூலிகை சிகிச்சையால் முழுமையாக குணமாகும் **அதிசயம்!**

கிட்னி பெயிலியர் எனும் சிறுநீரகக் கோளாறு மிகவும் கொடிய நோய் என்பது அனைவரும் அறிந்ததே. சிறுநீரகக் கோளாறு உள்ளவர்களுக்கு உலகம் முழுவதும் தற்சமயம் டயலிசிஸ் சிகிச்சையே செய்யப்படுகிறது. இந்த சிகிச்சையால் தற்காலிக நிவாரணம் கிடைக்குமேயன்றி நோய் குணமடைவதில்லை. அதன்பின் சிறுநீரகம் முழுவதும் செயல்பட முடியாத நிலை ஏற்படும்போது சிறுநீரகத்தை மாற்ற மருத்துவர்கள் பரிந்துரைக்கின்றனர்.

ஆனால் சென்னை ரத்னா சித்த மருத்துவமனை மற்றும் மூலிகை ஆராய்ச்சி மையத்தில் டயலிசிஸ் மற்றும் சிறுநீரக மாற்று அறுவை சிகிச்சைக்கு மாற்றாக ஹெர்பல் டயலிசிஸ் எனும் புதியவகை சிகிச்சையை அறிமுகம் செய்து வெற்றிகரமாக செய்து வருகிறார்கள். இவ்வகை சிகிச்சை குறித்து இயக்குனர் டாக்டர். க. திருத்தணிகாசலம் கூறும்போது ஹெர்பல் டயலிசிஸ் சிகிச்சை 100 சதவிகிதம் மூலிகை மருந்துகளை கொண்டே செய்யப்படுகிறது. ஹெர்பல் டயலிசிஸ் முறையில் அறுவை சிகிச்சை இல்லை. அமிர்த சஞ்சீவி மூலிகைச் சாறு காலை - மாலை இருவேளையும் வெறும் வயிற்றில் தரப்படுகிறது. பத்தியம் கடைபிடிக்கப்படும்.

இந்த மூலிகை சாறு சிகிச்சை இரண்டு விதமாய் செயல்படுகிறது. முதலாவது இரத்தத்தில் யூரியா, கிரியேட்டினின், அல்புமின் அளவை குறைக்கிறது. இரண்டாவது பழுதுபட்ட சிறுநீரக திசுக்களை மீண்டும் சரிசெய்கிறது. இந்த சிகிச்சையின் சிறப்பம்சம் என்னவென்றால் சிறுநீரகம் நன்கு செயல்படும் வரை சிகிச்சை தொடர்ந்து செய்ய வேண்டும். சிறுநீரகம் நன்கு செயல்பட துவங்கி விட்டால் சிகிச்சையை நிறுத்திவிடலாம். ஆயுள் முழுக்க மருந்து சாப்பிட அவசியம் இல்லை. இந்த வகை சிகிச்சை எடுத்துக் கொள்ள உள்நோயாளர் பிரிவில் தங்க வேண்டியது அவசியம் ஆகும். டயலிசிஸ் சிகிச்சை செய்து கொண்டவர்களுக்கு இந்த சிகிச்சையை எடுக்க முடியாது.

விபரங்களுக்கு: டாக்டர் க. திருத்தணிகாசலம்

ரத்னா சித்த மருத்துவமனை மற்றும் மூலிகை ஆராய்ச்சி மையம்

750, பெரியார் நெடுஞ்சாலை, எம்எம்டிஏ நகர்,
அரும்பாக்கம், சென்னை - 106.

போன்: 044-2622 3828 / 2622 4888
94433 74341, 94445 34444

www.rathnasiddha.com | e-mail: thiruthani12@yahoo.co.in



29 ஆண்டு மலர்

சில வருடங்களுக்கு முன் என் பேத்தி, 'லேக் ஸைட் மான்டிஸோரி'யில் படித்தாள். மிசிகன் மாநிலத்திலுள்ள டெட்ராய்ட் நகரத்துப் பள்ளி அது.

நாற்பது குழந்தைகளை, 'ப்ளிமத் ஆர்சர்ட்' என்ற இடத்துக்கு அழைத்துப் போக, சுற்றுலா திட்டமிட்டார் தலைமையாசிரியை. அவர்களுடன் செல்ல மூன்று ஆசிரியைகள் மற்றும் பத்து பெற்றோர்கள். தாங்களாகவே, உதவ முன்வந்த பெற்றோர் ஒவ்வொருவரும், நான்கு குழந்தைகளை தத்தம் வாகனங்களில் அழைத்து வர வேண்டும் என முடிவானது.

தலைமையாசிரியை முன்னெச்சரிக்கையாக பெற்றோர்களின் டிரைவிங் லைசன்ஸ், இன்ஷ்யூரன்ஸ் சர்டிஃபிகேட் முதலியவற்றின் நகல்களை வாங்கி வைத்துக் கொண்டு, 'ப்ளிமத் ஆர்சர்டு'க்குப் போகும் வரைபடத்தை முதல்நாளே கொடுத்தார்.

என் மகள் வண்டி ஓட்ட, நான்கு குழந்தைகளுடன், அந்த வேனில், நானும் சென்றேன். பள்ளியிலிருந்து பத்து கார்கள், காலை எட்டரை மணிக்குக் கிளம்பின. யாருக்கும் வழி தெரியாது! வரைபடத்தை வைத்துக் கொண்டு, அதைப் பார்த்து, பார்த்து, வண்டியை ஓட்டினோம். அரை மணியில் ஆர்ச்சர்டை வந்தடைந்தோம். அதன் உரிமையாளர் எல்லோரையும் மகிழ்ச்சியுடன் வரவேற்றார்.



பெரிய கூரை வேய்ந்த, ஹால் போன்ற இடத்துக்கு அழைத்துச்





சென்று, உட்கார வைத்தனர். அங்குள்ள ஒரு பெண்மணி முதலில் எல்லோரையும் வாழ்த்திவிட்டு, ஒரு கொத்து ஆப்பிளைக் காட்டினார். ஒரு சிறு விதையிலிருந்து, எப்படி செடி முளைத்து, வளர்ந்து, மரமாகி பிறகு அதில் ஆப்பிள் காய்க்கிறது என்று, ஒரு பலகையில் வரைந்து காட்டினார். பரங்கிக்



காயின் வண்ணப் படங்களையும் காட்டி தகவல்கள் சொன்னார்.

''இப்பொழுது உங்களை ஆப்பிள் மற்றும் பரங்கித் தோட்டத்துக்கு அழைத்துப் போகிறோம். அங்கு மரங்களில் நிறைய ஆப்பிள் பழுத்திருக்கும். ஆனால் ஒரொரு குழந்தையும் ஒரே ஒரு பழத்தைத்தான் பறித்துக் கொள்ள வேண்டும். காம்பை மெல்லத் திருகி, மென்மையாகப் பறிக்க வேண்டும்'' என்று சொல்லிக் கொடுத்தார்.

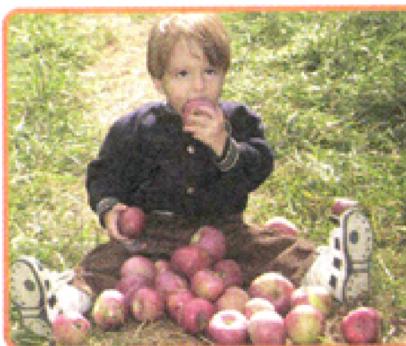
எல்லோருக்கும் தலா ஒரு டோக்கன் கொடுத்து, ஒரு பெரிய ஓபன் ட்ரக்கில், நான்கு பெரியவர்கள் மற்றும் பதினைந்து குழந்தைகளையும் ஏற்றினார்கள். அதில் சுமார் அரை மணி நேரம், ஆப்பிள் தோட்டத்தைச் சுற்றி வந்தோம். மேடு பள்ளங்களில், வண்டி ஏறி, இறங்கி சுற்றும்பொழுதெல்லாம் குழந்தைகள் கும்மாளத்துடன் கூச்சலிட்டார்கள்.



பரங்கித் தோட்டத்தில் படு குட்டீஸ்!

ஆர்ச்சர்ட் முழுவதும் சுற்றியபிறகு, ஆப்பிள் மரங்களடர்ந்த வனத்துக்குப் போனோம். குட்டையான மரங்களில், செக்கச் செவேலென்ற ஆப்பிள்கள் பழுத்துக் குலுங்கின. குழந்தைகள், கைக் கெட்டும் உயரத்தில், பழங்கள் தொங்கின. தோட்டக்காரனிடம் டோக்கனைக் காட்டிவிட்டு, தங்களுக்குப் பிடித்த ஒரே ஒரு ஆப்பிளைப் பறித்துக் கொண்டு, குழந்தைகள் ஒவ்வொருவராக வெளியே வந்தனர். மறுபடியும் ட்ரக்கில் ஏறினோம்.

அடுத்ததாக, பரங்கிக் கொடிகள் அடர்ந்த பரங்கித் தோட்டத்துக்குள் நுழைந்





படிக்கின்ற குழந்தைகளுக்கு ஷூ வாங்கப் போகிறீர்களா? ஒரு நிமிடம்... பெரும்பாலும் எல்லா பள்ளிகளிலும் கறுப்பு/வெள்ளை – என இரண்டு ஷூக் கள் வேண்டியுள்ளன. வெள்ளை ஷூ கான்வாஸ் துணியில் வாங்கும் பட்சத்தில் கறுப்பு ஷூ சைஸைவிட அடுத்த சைஸ் வாங்கினால் சரியாக இருக்கும். ஏனெனில் கான்வாஸ் துணி, வாஷ் செய் யும்போது சுருங்கி, ஒரு சில மாதங்களில் இறுக்கமாகிவிடும். அதைத் தவிர்க்க கறுப்பு ஷூவைவிட அடுத்த அளவில் வெள்ளை ஷூவை வாங்குவது நல்லது. அதேபோல் ஷூ லேஸ் எக்ஸ்ட்ரா வாங்கி வைத்துக் கொள்வதும் அவசியம்.

– எஸ். விஜயலட்சுமி, ஹைதராபாத்

தோம். அடேயப்பா! எத்தனை எத்தனை பெரிய பெரிய பரங்கிக் காய்கள்! நல்ல செழுமையான, ஆரஞ்சு வண்ணக் காய்கள்! குழந்தைகள் ''பீட்டர், பீட்டர், பம்ப்கின் ஈட்டர்'' என்று பாடத் தொடங்கிவிட்டனர்.

அங்கேயிருந்த பெரியவர், ''ஒரொருத் தரும் ஒரு காய் பறித்துக் கொள்ளலாம். எவ்வளவு பெரிதானாலும் பரவாயில்லை. ஆனால், அவரவர் காயை, அவர்களே தூக் கிக்கொண்டு போகணும். அதனால் தூக்கிப் பார்த்துவிட்டுப் பறியுங்கள்'' என்று கூறி விட்டு, காயை எப்படிப் பறிப்பது என்றும் காட்டினார்.

குட்டிகள் குதூகலத்துடன் துள்ளிக் குதித்து ஓடி, காய்களைப் பறித்து, தூக்க முடியாமல் தூக்கிக்கொண்டு வந்தனர். சில குட்டிக் குழந்தைகள் பெரிய காய் களைப் பறித்து, மெள்ள, உருட்டிக் கொண்டு வந்தனர். வீட்டிலிருந்து கொண்டு வந்த பையில், தம் தம் பரங் கிக் காயையும், ஆப்பிளையும் வைத்துக் கொண்டு, மறுபடியும் ட்ரக்கில் ஏறி வந்தோம்.

எல்லோரையும், பெரிய ஹாலில் உட் கார வைத்தனர். குழந்தைகளை ரைம்ஸ் பாடச் சொல்லி, பிறகு ட்ராயிங் ஷீட், க்ரேயான்ஸ் கொடுத்து, ஆப்பிள், பம்ப்கின் பை, ஆப்பிள் ஸாஸ், ஒரு கேக் மற்றும் ஆப்பிள் ஜூஸ் கொடுத்து உபசரித்தனர்.

சந்தோஷமே முகமாகத் தோற்ற மளித்த, குழந்தைகளுடன் பள்ளிக்கூடத் துக்குத் திரும்பினோம். அங்குக் காத்திருந்த பெற்றோர்கள், தம்தம் குழந்தைகளை, ஆவ லுடன் அழைத்துக்கொண்டனர். குட்டிகள் பெருமையுடன் தாங்கள் பறித்த ஆப்பிளை யும், பரங்கிக் காயையும் பெற்றோரிடம் காட்டி மகிழ்ந்தனர்.

நாங்கள் சென்றது 'ஹாலோவீன்' பண் டிகை சமயம். எல்லோர் வீட்டிலும், சிறி யதும், பெரியதுமாக வாசலில் பரங்கிக் காய்களை அலங்காரமாக வைப்பார்கள். குழந்தைகளுக்குப் புதிய ஃபேன்டஸி காஸ்ட்யூம் அணிவித்து வீடு வீடாக அனுப்புவார்கள். அவர்களும் எல்லோரை யும் 'ட்ரிக் ஆர் ட்ரீட்?' என்று கேட்பார்கள். 'ட்ரீட்' என்று கூறி ஸ்வீட்ஸ், சாக்லேட் கொடுப்பார்கள். 'ட்ரிக்' என்றால் ஒன் றும் கிடையாது!

இந்தப் பரங்கிக்காய், ஆப்பிள் ஆரச் சர்ட் பிக்னிக், என் வாழ்நாளில் மறக்க முடியாதது!

– வசுமதி கிருஷ்ண சுவாமி, பெங்களூரு

வைரமுத்துவின் பால் கணக்கு?

'அண்ணல் காந்தி குடிச்சதெல்லாம் ஆயுள் வளர்க்கும் ஆட்டுப் பாலுங்க,
அண்ணாமலை நான் தருவதெல்லாம் அன்பு வளர்க்கும் மாட்டுப் பாலுங்க...'
என்று 'அண்ணாமலை' படத்துக்காக 'வந்தேன்டா பால்காரன்' என்ற பாடலில் எழுதிய பாடலாசிரியர் வைரமுத்து,

'ஆட்டுப்பால் குடிச்சா அறிவழிஞ்சு போகுமின்னு,
எருமைப்பால் குடிச்சா ஏப்பம் வந்து சேருமின்னு
காராம் பசு ஓட்டி வாராண்டி தாய் மாமன்...' என்று 'கிழக்குச் சீமையிலே' படத்துக்காக 'மானூத்து மந்தையிலே' என்ற பாடலில் குறிப்பிட்டிருந்தார்.

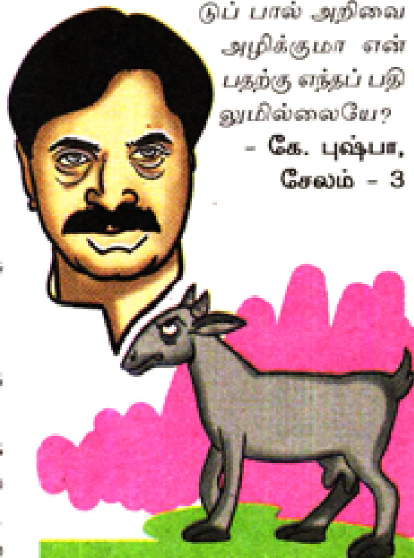
முதல் பாடலில் 'ஆட்டுப்பால் ஆயுளை வளர்க்கும்,' என்றார்; அடுத்த பாடலில் 'ஆட்டுப்பாலால் அறிவு அழிந்து போகும்' என்கிறார் இரண்டே வருடத்தில். (அண்ணாமலை, கிழக்குச் சீமையிலே - 2 படங்களுக்கு இடைப்பட்ட காலம்) பால் கணக்கையே மாற்றி விட்டாரே வைரமுத்து. இது சரியா?- என்ற கேள்வியை வார இதழில் ஒரு வாசகர் கேட்டிருந்தார்.

இதற்கு வைரமுத்து சமீபத்தில் ஒரு வானொலி நிகழ்ச்சியில் பதில் தந்தார்.

''காந்தி பெரியவர். கொழுப்பு அதிகமுள்ள பாலைச் செரிக்கக் கூடிய வல்லமை அவருக்கு உண்டு. கொழுப்புச் சத்து, எருமைப் பாலில் 7.5.%, ஆட்டுப்பாலில் 4.1%, பசும்பாலில் 3.7%, காராம் பசுவின் பாலில் 3.1% உண்டு என நிரூபிக்கப் பட்டுள்ளது. தாய்ப் பாலுக்கு அடுத்து நல்ல பால், காராம் பசுவின் பால் எனக் கருதப்படுகிறது. அதிகமான கொழுப்புச் சத்து உள்ள பாலைச் செரிக்கக் கூடிய ஆற்றல், பிறந்த குழந்தைக்குச் சரியானபடி இருக்க முடியாது. ஆகவேதான் காராம்பசுவோடு தாய்மாமன் போகிறான் என எழுதியிருந்தேன்.''

வைரமுத்துவின் இந்த விளக்கம் 'கொழுப்புச் சத்து' - 'செரிமானம்' என்பதுவரை சரிதான். ஆனால், ஆட்டுப் பால் அறிவை அழிக்குமா என்பதற்கு எந்தப் பதிலுமில்லையே?

- கே. புஷ்பா,
சேலம் - 3



கவிநயம்



Hi அம்மா,

வாழ்க்கை எவ்வளோ சந்தோஷமா இருக்கு!
இப்பதான் சென்னைல படிச்சு, US வந்து,
வேலைல சேர்ந்திருக்கேன். உடனேயே கல்யாணம்!
யப்பா! எவ்வளோ பரபரப்பான வாழ்க்கை!

இந்தியாவுல ஒரே வாரத்துல கல்யாணத்தை முடிச்சிகிட்டு,
கையோட உன் மருமகளையும் கூட்டிகிட்டு US திரும்ப வேண்டியிருக்கு!
எப்படித்தான் manage பண்ணப் போறேனோ? marriage
shoppingக்கு கடைகடையா போயி பட்டு செலக்ஷன் பண்ணணும்னு
எனக்கு ரொம்ப ஆசை. But time ஏது...

அம்மா! recentஆ கல்யாணம் ஆன என் friends எல்லாம்
...த்தீஸ்லதான் பட்டுப் புடவை எடுத்திருக்காங்க. அங்க இருக்கற
... வேற எங்கியுமே இல்லையாம். எல்லாரும் OK சொல்றது
... purchaseம் Pothysலதான்.
... வஸ்திரகலா, ... பழைய உனக்கு

collection...
Pothys தான். அதனால...
முகூர்த்தத்துக்கு சாமுத்ரிகா, recep...
ஊஞ்சலுக்கு வஸ்கலம். மறுவீட்டுக்கு பரம்பரா... வஸ்த்ரகலாவும்!
அப்பா ஒரு பரம்பராவும், அபிக்கு ஒரு

உன் செல்ல மாப்பிள்ளை பாவந்தான்! என்னோட colourful dressக்கு
அவரு எப்படி match ஆக போறாரோ? ☺ ☺ ☺
waiting to see you all.
yours
Anu.

அனுஷா நடராஜன்



எஸ். இராமசந்திரன், சீர்காழி

மனித உறவுகள் நீடித்து நிற்க ஒரு வழி சொல்லுங்க... அனுஷா?

நீங்கள் பெறுவதற்காகச் செல்லாமல், தருவதற்காகச் செல்லும் இடமாக, அந்த உறவைக் காண்பதுதான் ஒரே வழி!

எஸ். விஜயராணி,

ஓசூர் – 3

தமிழனின் பெருமை எது? இந்தியரின் பெருமை எது...?

இரண்டு...! இரண்டு! புரியலையா...? இரண்டடி வேதமான திருக்குறள்! - தமிழனின் பெருமை!

இராமாயணம், மகாபாரதம் - இந்தியனின் பெருமை!

இரண்டிலும் சொல்லப்படாத விஷயங்களே இல்லலை!

அதிலும் மகாபாரதத் தத்துவம் ஓஹோ!

குருக்ஷேத்திரமே நமது மனசு. ஒவ்வொரு நொடியும் போர் நடந்து கொண்டேயிருக்கிறது. குறைந்த அளவே உள்ள நல்ல எண்ணங்களுக்கும், எக்கச்சக்கமாக உள்ள தீய எண்ணங்களுக்கும் இடையே போராட்டம் நடந்துகொண்டேதான் இருக்கிறது. ஸ்ரீ கிருஷ்ணனைத் துணைக்குக் கொண்ட பாண்டவர்கள் போல, இறைவனைத் துணை கொண்டால் நன்மையே நடக்கும் என அறிவுறுத்தும் இதிகாசத் தத்துவம், எண்ணி எண்ணி வியக்க வைக்கிறது.

பானுமதி வெங்கடேஷ், ராமாவரம்

பொங்கல் தினத்தன்று சாலமன் பாப்பையா தலைமையில் நடைபெற்ற பட்டி மன்றம் பார்த்தீங்களா?

'காதல் திருமணங்கள் பிரச்னைகளை அதிகப்படுத்துகின்றன' என்ற அணியில் பேசிய, டாக்டர் ராம சௌந்திரவல்லி 'இந்தக் காலத்துப் பெண்கள் காதலுக்கு



காதலர் தினத்தை டீஸன்டாகக் கொண்டாடுவது எப்படி?

✱ மெட்ராஸ் மொஸார்ட்!





சிக்னல் காட்டும் விஷயத்தில் பச்சையுமில்லை; சிவப்புமில்லை, எப்பவும் மஞ்சள் தான்!' என்றார். ஆயிரம் அர்த்தங்கள் கொண்ட அவரது காமெண்டை ரசித்தேன்!

திலகம் இராமச்சந்திரன்,
காரைக்குடி.

அனுஷா கேட்க விரும்பும் பாடல் எது?

கோல்டன் குளோப் விருதாளர் ஏ.ஆர். ரஹ்மான் இசையமைத்த 'ஸ்லம் டாக் மில்லியனர்' படத்தின் 'ஜெய் ஹோ'- பாடலைத்தான்! பாடலின் முதல் வரியைப் போலவே... வாழட்டும் பல்லாண்டு இந்த மெட்ராஸ் மொஸார்ட்!

என்.கோமதி, நெல்லை

கழுதை தேய்ஞ்சு கட்டெறும்பாச்சு என்கிறார்களே... அது என்ன?

ஸ்விட்சர்லாந்துன்னாங்க... அமெரிக்கான்னாங்க...! அப்புறம் வேலூர், திருப்போரூர்னு 'டென்ட்' தூக்கிட்ட 'எந்திரன்' மேட்டராயிருக்குமோ?

கே.எஸ்.கிருஷ்ணவேணி,
குடந்தை–1

சமீபத்தில் நீங்கள் சந் தித்த வித்தியாசமான நபர்?

செய்வதோ செயற்கை வைர பிசினெஸ். ஆனால், மூழ்கியிருப்பதோ புத்தகம் என்ற பெருங் கடலில்...! வீடு முழுக்க உள்ள ஆயிரக் கணக்கான புத்தகங்களை வாசித்து, சுவாசித்து, அவற்றிலிருந்து மேற்கோள் காட்டிப் பேசும் சேலம் இலக்கிய ஆர்வலர் நண்பர் ஏ. ரத்தினகுமார்! பாலகுமாரனின் தீவிர விசிறியான இவர், அவரது எல்லா படைப்புகளையும் தலைகீழாக ஒப்பிப்பதைப் பார்த்து வியந்தே போனேன்!



ஜி. கௌரி ஷங்கர்,
திருச்சி – 2

''வீணையடி நீ எனக்கு'' என்கிறாரே பாரதியார். ஆனால், பெண்கள் எல்லாம் வீணையாக இல்லையே...!

கரெக்ட்தான்...! வாசித்து முடித்த பிறகு அதை, சுவரில் உங்கள் விருப்பப்படி சாய்த்து வைத்து விட முடியாதே! அதனால் வினைகளாகத்தான் தோன்றுவார்கள்!

வாக்தேவி, ஹூப்ளி

ஒரு சேன்ஜுக்காக நீங்கள் எங்களை ஒரு கேள்வி கேளுங்களேன்!

நூறு ரூபாய்க்கு சில்லறை கிடைக்குமா...? [சேன் ஜுக்கு கேட்டாச்சு... ஓ.கே.வா...?]



ஆர். ப்ரியதர்ஷிணி,

மண்ணச்சநல்லூர்

காதலர் தினத்தைக் காதலர்கள் டீஸன்டாக எப்படிக் கொண்டாடுவது?

கல்யாணப் பத்திரிகை அச்சடித்து...

ஆர்.பி.ஜெயச்சந்திரன்,

பூனாம்பாளையம்

தங்களைப் போலவே பத்திரிகையாளர்கள் பலரும் கடவுள் மறுப்பாளர்களாகவே உள்ளனரே!

போச்சுடா! போன மாதம் 'கடவுள் இருக்கிறாரா?' என்ற கேள்விக்கு நான் எழுதிய பதிலை எப்படியெல்லாமோ அர்த்தம் செய்துகொண்டு நிறைய விமர்சனங்கள் வந்துள்ளன. பெரியார் மறுப்பு இயக்கத்தைச் சார்ந்த தோழர் விடுதலை, நான் பெரியாரை, நக்கலடித்திருப்பதாக பெரிய கண்டனக் கடிதம் எழுதியுள்ளார். பலரது கவனத்தை ஈர்த்த பதிலுக்கு **நன்றி கடவுளே!**

சீதாலக்ஷ்மி, கோவை – 31

குட்டிபுக்கில் என் கோலம் வெளியாகியிருந்தது. ஆர்வ மிகுதியால் நான் மங்கையர் மலரை வாங்கிவிட்டேன். அதற்குப் பின் இலவச இதழ் வந்தது. இரண்டு இதழ்கள் தேவையில்லையே. இலவச இதழுக்குரிய பணத்தையும் சேர்த்து பரிசுப் பணத்தோடு அனுப்பினால் உதவியாக இருக்குமே!

''பூ மாலை போட்டு, பரிசும் கொடுக்கிறீர்களே...! பூ மாலைக்கான ஐம்பது ரூபாயை, பரிசுப் பொருளோடு சேர்த்துத் தரக் கூடாதா?'' என்று கேட்பது போலிருக்கே சீதா மேடம்...? அன்பிதழ் அனுப்புவது பத்திரிகை மரபு! அன்பளிப்பு தருவது உங்களை ஊக்கப்படுத்த... அது வேறு... இது வேறு... கன்ஃபியூஸ் பண்ணிக்காதீங்க! அந்த இரண்டாவது மங்கையர் மலர் புத்தகத்தை படிக்காத யாருக்கேனும் தந்து, அவருக்கும் அறிமுகப்படுத்தலாமே!

ஆனந்தசிவன், மதுரை – 9

'ஞானி' என்று தாங்கள் யாரைச் சொல்வீர்கள்...?

நான்மறையைக் கற்றவன் ஞானி அல்ல; 'நான்' மறையக் கற்றவனே ஞானி!

எஸ். லாவண்யா, கோவை – 3

அனுஷா, நான்வெஜ் சமைப்பதில் எக்ஸ்பர்ட்டா? அதில் உங்களுக்கு எத்தனை மதிப்பெண்கள் தரலாம்?

கோழி முட்டை! ●

தெரிந்து கொள்ள

கம்ப்யூட்டரை பாதுகாப்பது எப்படி?

கம்ப்யூட்டர் இல்லாத ஒரு உலகை கற்பனை செய்யவே முடியவில்லை. கம்ப்யூட்டரை பாதுகாப்பது எப்படி?

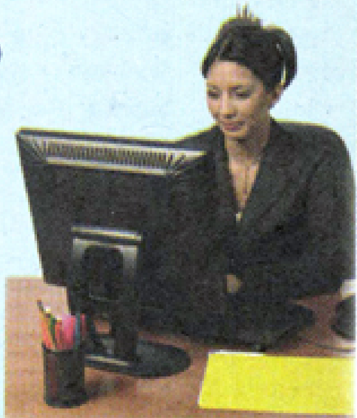
ஹார்ட் டிஸ்க்குகளை அடிக்கடி டீ பக்கிங் (de-bugging) செய்ய வேண்டும்.

எமர்ஜென்ஸி டிஸ்க் வைத்துக்கொள்ள வேண்டும். ஒரு டிஸ்க் பழுதாகிவிட்டால் அதை உடனே மாற்ற வேண்டுமே!

டவுன்லோடிங் செய்வதற்கு முன்பு ஃபைல்கள், ஈமெயில்கள், டிஸ்க்குகள் எல்லாவற்றையும் 'ஸ்கேன்' செய்ய வேண்டும். 'ஆன்ட்டி வைரஸ்' பரிசோதனை செய்ய வேண்டும்.

நம் அந்தரங்க விஷயங்களை என்-க்ரிப்ட் செய்து பத்திரமாக பாதுகாக்க வேண்டும். (குறிப்பாக 'லேப்டாப்'பில்)

மின்சார சப்ளை ஒழுங்காக இருக்கிறதா என்று 'செக்' செய்ய வேண்டும். சீரற்ற மின்சாரம் கம்ப்யூட்டரைப் பழுதாக்கி விடுமே!



தெருவில் நடந்து போய்க் கொண்டிருக்கிறீர்கள். திடீரென்று வானம் கருக்கிறது. இடி இடிக்கிறது. அப்போது செல்போனை எடுத்துப் பேசாதீர்கள்! ஏனெனில் இடி இடிக்கும்போது செல்ஃபோன் உபயோகித்தால் மின்னல் தாக்கும் அபாயமுண்டு.

- அனிதா ராமச்சந்திரன்,
பெங்களூரு



மகளிர் குழுக்கள்... இந்த மந்திர வார்த்தை வங்கதேசத்தில் இருந்து தமிழகத்துக்குத் தாரை வார்த்துக் கொடுக்கப்பட்டது. வாக்கப்பட்ட பூமி, வாழ்வு அளித்ததால் இன்று தமிழகத்தின் பட்டி, தொட்டி மட்டுமின்றி, நகரங்களிலும் மகளிர் சுய உதவிக் குழுக்கள் பெருகியுள்ளன.

தமிழகத்தில் மட்டும் லட்சத்துக்கும் மேற்பட்ட குழுக்கள் உள்ளன. இவர்களுடைய தொடர் சேமிப்பும் பிரமிக்கத் தக்க வகையில் கோடிகளைத் தாண்டியுள்ளது. 12 முதல் 20 பெண்கள் ஒரே பகுதியில் இணைந்து குழு துவங்கி, அவர்களுக்குள் முதல் ஆறு மாதங்கள் வரை சேமிக்க வேண்டும். அதன் பிறகு அரசு இவர்களுக்கு தொழில் துவங்க மானியக் கடன் வழங்கும். அரசும் எவ்வளவோ கோடிகள் வரை மானியக்கடன் வழங்கியிருந்தாலும் ஆர்வத்துடன் தொழில் துவங்கிய பெண்கள், துவங்கிய வேகத்திலேயே சோர்ந்து, சுருண்டுவிட்ட கதைகள் ஏராளம். தோல்வியைத் தொடர் படிகளாக்கி வெற்றியை நோக்கி வீறு நடை போடும் சுய உதவிக் குழுப் பெண்களைப் பற்றி மாதந்தோறும் தெரிந்து கொள்ளலாம்...

மணம் வீசும் மல்லிகைக்கும், வீரத்துக்கும், பண்பாட்டுக்கும் பெயர் போன மதுரை மாவட்டத்தில் உள்ள இரண்டு தொண்டு நிறுவனங்களைத் தேர்ந்தெடுத்தோம். நிறுவன நிர்வாகிகளால் அடையாளங் காட்டப்பட்ட சிறந்த தொழில் செய்யும் இருவேறு குழுக்களைச் சந்தித்தோம்.

மதுரை மாவட்டம், வாடிப்பட்டி தாலுகாவில் உள்ளது கட்டக்குளம், சி.புதூர் கிராமங்கள். வீதியெங்கும் குப்பைகள், விதவிமான நோய்களுடன் ஏழ்மையில் வாழும் மக்களின் பக்கம் தமது கவனத்தைத் திருப்பியுள்ளனர் இரெட் தொண்டு நிறுவனத்தைச் சேர்ந்த 'ரீச்' குழுவினர்.

''சுய உதவிக் குழுக்கள் தொழில் தான் செய்ய வேண்டுமா? மக்களுக்கு

சேவை



88

நோயைப் பற்றிய விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்துவதும் ஒருவித சேவை தானே?'' என்கிறார் ரீச் குழு ஒருங் கிணைப்பாளர் பிரபாவதி.



''எங்கள் குழுப் பெண் கள் தொழில் செய்தால்கூட நாற்பது சத விகிதம்வரை மருத்துவத்துக்காகவே செலவு செய்தனர். அதனாலேயே பெரி யளவில் முன்னேற முடியவில்லை. எங் களின் தொண்டு மைய இயக்குனர், +2வுக்கு மேல் படித்த மற்றும் +2 படித்த பெண்களை மருத்துவ சேவை செய்யத் தயாரா எனக் கேட்ட போது 30 பேர் ஆர் வத்துடன் சேர்ந் தோம். 12 பேர் மட் டும் தேர்வு செய்யப் பட்டோம். மதுரை மீனாட்சிமிஷன் மருத் துவ மனையில் ஒரு மாத கால சுகாதார, முதலுதவிப் பயிற்சி பெற்றோம்.

தற்போது 58 கிராமங்களைச் சுற்றியுள்ள குழுப் பெண்களிடம் நீர், காற்றால் வரும் நோய் களைப் பற்றி எடுத்துக் கூறி வரு கிறோம். விபத்து, தீக்காயத்துக்கு முதலுதவி செய்கிறோம். தற்போது யாரும் திறந்தவெளிக் கழிப் பறைகளைப் பயன்படுத்துவ தில்லை. தெருவில் குப்பை களைக் கொட்டாமல், மட்கும் குப்பைகளைத் தனி யாகப் பிரித்து உர மாக்கி செடிகளுக்கு இடுகின்றனர். கர்ப்ப காலப் பராமரிப்பு, எய்ட்ஸ் நோய் குறித்த விழிப்புணர்வையும் ஏற்படுத்தி வரு கிறோம்'' என்கிறார் பிரபாவதி.



தேவதைகள்!



''கிராம மக்களின் முன்னேற் றம்தான் எங்கள் தொண்டு நிறு வனத்தின் நோக்கம்'' என்று சொல்லும் நிறுவனச் செய லாளர் அழகேசன், இதுவரை 860க்கும் மேற்பட்ட குழுக் களை தமது நிறுவனத்துடன் இணைத்துள்ளார். ''இது ஏதோ ஒரு நாளில் நிகழ்ந்த மாற்ற மில்லை. நாங்கள் இந்த இலக்கை அடை

இது புதுசு!

வதற்கு, பட்ட கஷ்டங்களும் கொஞ்சமில்லை. 1987ல் நிறுவனத்தை வாடிப்பட்டியில் துவங்கினோம். 1989ம் ஆண்டில் பெண்களை ஒருங்கிணைக்க ஆரம்பித்தோம்.

பெண்களை இணைக்கும்போது ஜாதி ரீதியான பிரச்னைகள் எழுந்தன. அனைவரும் ஒத்துப் போக மாட்டார்கள். ஒன்றாக அமர்ந்து சாப்பிட மாட்டார்கள். வெளிக் கூட்டத்துக்கு வர மாட்டார்கள். இவர்களிடம் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்திக் குழு அமைத்ததுதான் பெரிய விஷயமாக இருந்தது. நூறு குழுக்கள் வரை, பெண்களை ஒருங்கிணைப்பது சிரமமாக இருந்தது. அதன் பின் பெண்களிடம் வரவேற்பு இருந்ததால் குழுவின் எண்ணிக்கை அதிகமானது. எங்கள் குழுக்களின் சேமிப்பே ரூ.2.83 கோடியாக உள்ளது. கிட்டத்தட்ட ரூ.12 கோடிவரை மானியக் கடன், கடன்கள் வாங்கிக் கொடுத்துள்ளோம்.

கிராமத்தைச் சுகாதாரமாக வைத்ததன் மூலம் 'மாநில புரஸ்கார்' விருதும், சி.புதூர், கட்டக்குளம் கிராமத்துக்கு 'சுகாதாரமான கிராமம்' என்ற விருதும் கிடைத்தன'' என்கிறார் பெருமையாக.

நமது இதழுக்கு அறிமுகமாகும் மற்றொரு தொண்டு நிறுவனம் நேரு யுவகேந்திரா. 'இளையோர் மன்றம்' என்ற பெயரில் மத்திய விளையாட்டு அமைச்சகத்தின் கீழ் செயல் படும் இந்த நிறுவனம் மன்றம், என்ற நிலையில் இருந்து, சற்றே உயர்ந்து, சுய உதவிக் குழுக்களாக மாறி வருகிறது.

மதுரையில் 1982ம் ஆண்டு அமைக்கப்பட்ட இந்நிறுவனத்தின் முக்கியப்பணி இளையோர்களை ஒருங்கிணைப்பதுதான். இளையோர் மன்றங்களை உருவாக்கி அவர்களை வட்டார அளவில் நடைபெறும் நிகழ்வுகளில் பங்கேற்கச் செய்கின்றன. சிறந்த மன்றங்களைத் தேர்ந்தெடுத்து மாவட்ட விருதும், வழங்குகின்றனர். மன்றத்தில் சேருவதற்கு ஆணோ, பெண்ணோ 13 முதல் 35 வயதுக்குள் இருக்க வேண்டும். ஆண் எனில் பட்டப் படிப்பும், பெண் எனில் +2வும் படித்திருக்க வேண்டும். இவர்களைத் தன்னார்வ தொண்டர்களாகத் தேர்ந் தெடுத்து குறைந்தது 15 பேர் கொண்டதாக ஒரு மன்றத்தை அமைக்கின் றனர். அதன் மூலம் சமூகப் பணிகளைச் செய்து வருகின்றனர்.

''தொழிலில் முன்னேற்றமடையச் செய்யவேண்டும் என்பதற்காகவே, மன்றங்களைச் சுய உதவிக் குழுக்களாக மாற்றினோம்'' என்கிறார் நேரு யுவ கேந்திரா மாவட்ட இளையோர் ஒருங்கிணைப்பாளர் ஜவஹர்.

''எங்கள் நிறுவனத்தில் தற்போது 300 குழுக்கள் உள்ளன. இதில் 30 குழுவைச் சேர்ந்த பல பெண்கள் நாப்கின் தயாரித்தல், பொம்மை தயாரித்தல் மற்றும் கம்ப்யூட்டர் பயிற்சி பெற்றும் தொழில் செய்கின்றன.

''சுற்றுச் சூழலுக்குத் தீங்கில்லாத சேலையைத் தயாரிப்பதாலும், சேலை சாயம் போகாததாலும் எங்களின் தயாரிப்பு பிரபலமாகி விட்டது!''



பவுர்ணமி மகளிர் குழுவில் உள்ள 5 பெண்கள் இணைந்து மதுரை மாவட்டத்தில் முதன்முறையாக சுங்கடி சேலை பிரிண்ட் முறையில் தயாரிக்கும் தொழிலில் ஈடுபட்டுள்ளனர்'' என்கிறார் ஜவஹர்.

மதுரைக்குப் புது முகவரி தந்த பவுர்ணமி மகளிர் குழு பெண்களை நேரில் சந்தித்தோம். குழுத் தலைவி ராஜேஸ்வரி உற்சாகமாகப் பேச ஆரம்பித்தார். ''சுங்கடி சேலை தயாரிப்புக்கு சாயம் அதிகம் தேவைப்படும். சாயத் தண்ணீரை நிலத்துக்கு மாசு ஏற்படாதவாறு சுத்திகரிக்க வேண்டும். அதற்கு நிறையச் செலவு செய்ய வேண்டும். மாற்றுவழி தேடிச் சிந்தித்தபோதுதான் பிரிண்டிங் முறையில் சேலைகளைத் தயாரிப்பது தெரிய வந்தது. ஈரோட்டில் இதற்கான 'மோல்டிங்' கருவிகள் இருப்பதை அறிந்தோம்.

எங்கள் குழுவில் உள்ள ஆனந்த வள்ளி, தேவிகா, ஷர்மிளா, ஸ்ரீதேவி ஆகியோர் சேலைத் தயாரிப்பில் ஆர்வமாக இருந்தனர். நேரு யுவகேந்திரா மூலம் இலவசத் தொழிற் பயிற்சி பெற்றோம். மானியத்தில் கடன் வாங்கி முதலில் நூறு சேலைகள் தயாரிக்கத் திட்டமிட்டோம். சேலைகளை வாங்கி ரசாயனக் கலவையில் அரை மணி நேரம் ஊற வைத்துக் காய வைப்போம். அவற்றைக் காய வைத்து சேலையின் மேல், விரும்பும் டிசைன்களை 'மோல்டிங்' கருவி மூலம் சாயத்தில் நனைத்து பிரிண்ட் செய்வோம். ஒரு சேலையில் அதிகபட்சமாக மூன்றுவித டிசைன்களை, வண்ணங்களை உருவாக்க முடிகிறது. தற்போது 50 வித டிசைன்களில் சேலைகளைத் தயாரித்துள்ளோம். எங்களது முதல் தயாரிப்பே வெற்றியாக அமைந்தது.

''கடந்த ஓராண்டில் இதுவரை ஆயிரம் சேலைகள் வரை விற்றுள்ளோம். உள்ளூரில் விற்பனை நன்றாக நடந்தாலும், வெளி மாநிலங்களில் விற்பனையைக் கொண்டு செல்ல வேண்டும் என்பதுதான் எங்களின் நோக்கம். எங்களைத் தவிர கூடுதலாக 3 பெண்களுக்கு வேலை தருவது மகிழ்ச்சியாக உள்ளது. தற்போது நாங்கள் வாங்கிய 2 லட்ச ரூபாய் கடனை அடைத்து வருகிறோம்.

''சுற்றுச்சூழலுக்குத் தீங்கில்லாத சேலையைத் தயாரிப்பதாலும், சேலை சாயம் போகாததாலும் எங்களின் தயாரிப்பு பிரபலமாகிவிட்டது.''

சேலைக்கு அடுத்தபடியாக சுரிதார் மெட்டீரியல் பிரிண்ட் செய்யத் திட்டமிட்டுள்ள ராஜேஸ்வரி, ''ஆர்டர்கள் தேவையென்றால் உடனடியாக எங்களைத் தொடர்பு கொள்ளலாம்'' என்று கூறி விற்பனையில் மும்முரமானார்.

(வீறு நடை தொடரும்)

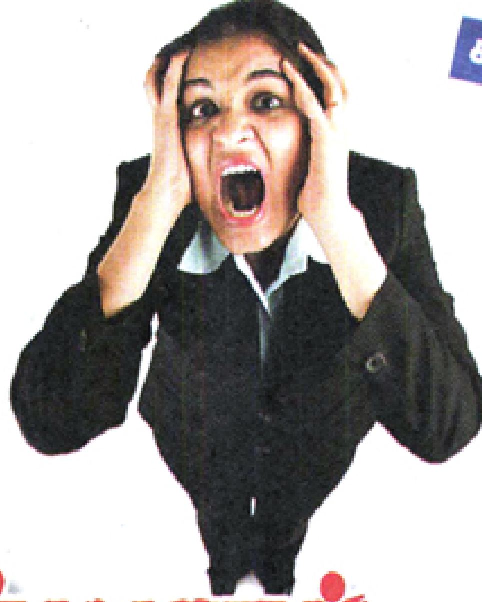
- எம்.எம். ஜெயலெட்சுமி, மேலப்பொன்னகரம்

புடவை பவுர்ணமிகள்!



சுயமேன்மை

29 ஆண்டு மலர்



பிரச்னைகள் துரத்துகின்றனவா?

வாழ்க்கையில் முன்னேறியவர்களுக்கும் வாழ்க்கையில் தோல்வியுற்று கஷ்டப்படுபவர்களுக்கும் உள்ள மிகப் பெரிய வித்தியாசம் என்ன? வாழ்க்கையில் முன்னேறியவர்கள், சரியான நேரத்தில் சரியான முடிவை எடுத்தவர்கள் என்பதுதான்.

பிரச்னைகள் என்பது எல்லோருக்கும் பொதுவானது. அதை எப்படி எதிர்கொள்கிறீர்கள் என்பதில்தான் முடிவெடுக்கும் திறமையிருக்கிறது.

புத்தர் கூறுவார், "பிரச்னைக்கான பதில் பிரச்னைக்குள் ஒளிந்திருக்கும்' என்று. அதனைத் தீர்க்க வழிகளையும் கூறுவார்.

1. பிரச்னையிருக்கிறது.
2. பிரச்னைக்குக் காரணமிருக்கிறது.
3. அதற்கு பதிலை நம்முள் தேட வேண்டும்.
4. பிரச்னையிலிருந்து வெளிவர வழிகள் உண்டு.

இவற்றை Four Golden Truths என்று கூறுவார்கள்.

1. பொதுவாக நாம் எவ்வாறு சிந்திக்கிறோம் என்பதை அறிந்து கொள்ள வேண்டும்.

நாம் எப்பொழுதும் பகுத்தறிவுடன் சிந்திப்பது என்பது மிகவும் கஷ்டமானது. காரணம் ஒன்று, முடிவெடுக்க வேண்டிய பொருள் பற்றிய அறிவும் எல்லா புள்ளி விவரங்களும் நம்மிடம் கிடையாது. இரண்டாவது, நாம் பெரும்பாலும் நம்பிக்கைகள், அனுமானங்கள், கோட்பாடுகள் ஆகியவற்றின் அடிப்படையில்தான் சிந்திக்கிறோம். உணர்ச்சிகளின் அடிப்படையில் தான் செயல்படுகிறோம்.

உதாரணம் கூற வேண்டுமானால் நாம் உடல் சிவப்பு நிறமாக இருப்பவர்கள் அழகானவர்கள், செல்வந்தர்கள் என்று நம்புகிறோம்.

அதுபோல் உடல் பருமனானவர்கள், நல்ல திடகாத்திரமானவர்கள் என்று எண்ணுகிறோம்.



மனோதத்துவ நிபுணர்கள் கூறு கிறார்கள்:

நமது மனம், தனக்குச் சாதகமான விஷயங்களையே நாடும். மேலும் மாற்றுக் கருத்துக்களை வெறுக்கத் தோன்றும். அல்லது தவறாகப் புரிந்துகொள்ள முயற்சிக்கும். மேலும் அந்தச் செய்தி காதில் விழுந்தாலும், அது மனத்தில் பாதிப்பு ஏற்படுத்தாதது.

உதாரணமாக, வெளிநாட்டுப் பொருட்கள் நம் நாட்டுப் பொருட்களை விட, மிகச் சிறந்தவை என்ற எண்ணம், நம்மில் பலரிடையே உள்ளது. மேல்நாட்டுப் பொருட்களை என்ன விலை கொடுத்தாவது வாங்குவார்கள். நம் நாட்டில் தயாராகும் பொருட்கள், அவற்றை விடத் தரமானவை, உயர்ந்தவை என்ற கருத்தை மனத்தில் ஏற்றுக்கொள்ள மாட்டார்கள்.

2. நாம் பெரும்பாலும், மற்றவர்களின் கருத்தால் பெரிதும் கவரப்பட்டு, இதனால் நம் எண்ணங்கள் பாதிக்கப்படுகின்றன.

பகுத்தறிவுடன் சிந்திக்க வேண்டும் என்று கூறினாலும் நாம் சிந்தனை செய்வதில், முடிவெடுப்பதில் பல தவறுகள் செய்வதைத் தடுக்க முடிவதில்லை.

இதனை Halo Effect என்று கூறுவார்கள். ஆகையால் நம்முடைய சிந்தனை மற்றவரின் சிபாரிசால் (Recommendation) பாதிக்கப்படுகிறது.

3. மற்றவர்களோடு சேர்ந்து சிந்தித்தல்

பலருக்குத் தனியாக முடிவெடுக்க பயம். இது ஓர் உண்மை. இதனால் கூட்டத்தோடு சேர்ந்து விடுவோம். எல்லோரும் எதைச் செய்கிறார்களோ அல்லது சொல்கிறார்களோ அதைச் செய்து விடுவோம் என்ற கருத்து பலரிடம் உண்டு.

இதனை ஆங்கிலத்தில் Crowd mentality என்று கூறுவார்கள். பல முதியவர்கள் இளைஞர்களுக்குக் கூறும் அறிவுரையே, ''ஊரோடு ஒத்துப்போ. நாங்க, பாக்காததா? நாங்க செய்யாததா! அதெல்லாம் சரிப்பட்டு வராது.''

இதற்கெல்லாம் அடிப்படைக் காரணம், கூட்டத்தோடு செயல்பட விரும்புவதும், மாறிச் செயல்பட்டால் மற்றவர்களின் கண்டனத்துக்கு, கேலிக்கு ஆளாக வேண்டும் என்ற எண்ணமுமேயாகும்.

நீங்கள், உங்களின் விதியை நிர்ணயம் செய்ய விரும்பினால், நல்ல சிந்தனையையும், முடிவெடுக்கும் திறனையும் வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

முடிவெடுக்கும் திறனைப் பெற என்ன செய்யணும்?

1. பிரச்னையைச் சரியாக அடையாளம் காணுங்கள்!

நாம் பெரும்பாலான நேரங்களில் பிரச்



ஒரு காலண்டரில் படித்த வாசகம்!

'விழித்து எழுந்தவுடன் கிடைப்பதல்ல வெற்றி; விழுந்து எழுந்தவுடன் கிடைப்பதே வெற்றி.'

ஓர் அலுவலக வாயிலில் கிடைத்த பொன்மொழி:

'பணம் இருந்தால் உன்னை உனக்குத் தெரியாது; பணம் இல்லாவிட்டால் உன்னை யாருக்கும் தெரியாது.'

— ஏ. வாராகி, திருவத்திபுரம்

வெற்றிலையை ஏன் போட்டுக் கொள் என்கிறோம்?

வளையலை, மூக்குத்தியை, நகைகளைப் போட்டுக் கொள் என்று கூறுகிறோம். இவை உடலை அலங்கரிக்கும் பொருட்கள். அதனால் போட்டுக்கொள் என்கிறோம்.

வெற்றிலையோ சாப்பாடு முடிந்தபின் வாயை அலங்கரிக்கிறது. அதனால்தான் வெற்றிலையைப் போட்டுக் கொள் என்கிறோம்.

– இந்திராணி தங்கவேல், மும்பை



னையைத் தவிர்க்கப் பார்ப்போம். பிரச்னை ஒன்று உள்ளது என்பதை ஏற்றுக்கொள்ள மறுப்போம்.

பல தொழில் நிறுவனங்கள் நஷ்டத்தில் மூடப்படுவதற்கு முக்கியக் காரணம், பிரச்னையை ஆரம்பத்திலிருந்து கவனிக்காமல், தள்ளிப் போட்டு கடைசியில் தலைக்கு மேல் வெள்ளம் போல், நஷ்டம் அதிகமாகி, நிறுவனத்தை மூட வேண்டிய சூழ்நிலை உருவாகும். என்றைக்கு வரவுக்கு மேல் செலவு ஏற்படுகின்றதோ அன்றைக்கே அதன் காரணத்தை, அறிய முயற்சி செய்து, அதனை நிவர்த்தி செய்திருந்தால், இந்த மோசமான நிலை உருவாகியிருக்காது. காலம் கடந்தபின் கடவுளாலும் காப்பாற்ற முடியாது. ஆகையால் எப்பொழுதும் முடிவெடுக்க முயலுமுன், என்ன பிரச்னை என்பதை நாம் அறிய முயற்சி செய்ய வேண்டும்.

2. பிரச்னைக்குத் தீர்வுகள்!

முதலில் நாம் ஒன்றைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். எல்லா பிரச்னைகளையும் நம்மால் தீர்க்க முடியாது. சில பிரச்னைகளை நாம் ஒதுக்கி வைத்து விட்டு நாம் தீர்க்க வேண்டியதைப் பற்றிச் சிந்திக்க வேண்டும்.

உதாரணமாக, நம் நாட்டின் காஷ்மீர் பிரச்னை. சுமார் 60 வருடங்களாக, இன்றுவரை, நடைபெற்றுக் கொண்டு வருகிறது. இரு நாட்டின் மக்களின் மன நிலை மாறும்வரை பிரச்னை தீராது.

இதைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். அடுத்து எப்பொழுதும் பிரச்னையை சமாளிக்கத் திட்டமிடும்போது, ஒரே ஒரு பிரச்னையை மட்டும் கையிலெடுத்துக் கொள்ளுங்கள்.

எல்லா பிரச்னைகளையும் ஒரே நேரத்தில் சிந்தித்தால், வெறும் குழப்பம் மட்டுமே மிஞ்சும். மனத்தில் அழுத்தம் உண்டாகும்.

3. உலகை மாற்ற முயற்சி செய்யாதீர்கள்!

உலகை மாற்றுவதோ, புனருத்தாரணம் செய்வதோ நம் கடமையல்ல.

உலகில் உங்களால் திருத்தக்கூடிய நபர் ஒருவர் உண்டு. அது நீங்கள் மட்டும்தான்.

ஆகையால், உங்களை முதலில் மாற்றிக் கொள்ளுங்கள்.

பல பிரச்னைகளுக்குக் காலம்தான் பதில் சொல்லும். பொறுமையாக இருங்கள்.

நன்றி

எஸ். சூரியமூர்த்தி

எழுதிய **'வெற்றி உங்கள் விலாசம் தேடி வரும்'**

அண்ணாமலைப் பல்கலைக்கழகத்தின் இசைக் கல்லூரி முதல்வராக 15 ஆண்டுகள் மிகச் சிறப்பாகப் பணியாற்றியவர். 60 ஆண்டுகளுக்கு முன்பு கர்நாடகக் கச்சேரிகள் மட்டும் பிரபலமாயிருந்த கட்டத்தில், செந்தமிழில் கணீர்க் குரலால் அனைவரையும் ஈர்த்தவர். 'தாமரைப் பூத்த தடாகமடி' என்ற ஒரு தனிப் பாடல், இவர் யாரென்று எல்லோரையும் திரும்பிப் பார்க்க வைத்தது. இத்தனை பெருமைகளுக்கும் சொந்தக்காரர் இசையரசு எம்.எம். தண்டபாணி தேசிகர்.

அண்மையில் அன்னாரின் நூற்றாண்டு விழா தமிழ் இசைச் சங்கத்தால் கொண்டாடப்பட்டது. இசையுலகில் வழக்கத்தில் இல்லாத ராகங்

தமிழக அரசு கவனிக்குமா?



களைத் தேடிக் கண்டுபிடித்து அறிமுகப்படுத்தியவர். ஆனாலும் தண்டபாணி தேசிகரின் சேவைக்குரிய மரியாதையும் விருதும் கிடைக்கவே இல்லை. பத்மஸ்ரீ விருதுக்கான தகுதிகளில் ஓதுவார், தமிழ் இசைக் கலைஞர்கள் என்று பட்டியலில் கிடையாதாம். அந்த ஒரு காரணத்தாலேயே இவர் பெயர் சேர்க்கப்படாமலேயே போய் விட்டது. காலமாற்றத்தில் பழையவற்றில் புதிய மாற்றங்களையும் சேர்க்க வேண்டும். விருதுக்கான விதிகள் உரிய வழியில் திருத்தப் பட வேண்டும்.

பொது சேவையில் பிரபலமான நாட்டுத் தலைவர்கள், போரில் வீரதீர மரணமுற்ற வீரர்களுக்கு மரணத்துக்குப் பின் வரும் பாராட்டும் விருதும் வழங்கப் படுகின்றன. அதே மாதிரி, எம்.எம். தண்டபாணி தேசிகருக்கும் வழங்கப் பட்டு தமிழிசைக்குப் பெருமை சேர்க்க வேண்டும். தமிழக அரசு கவனிக்குமா?

- பிருந்தா சுந்தரம், வடபழநி.

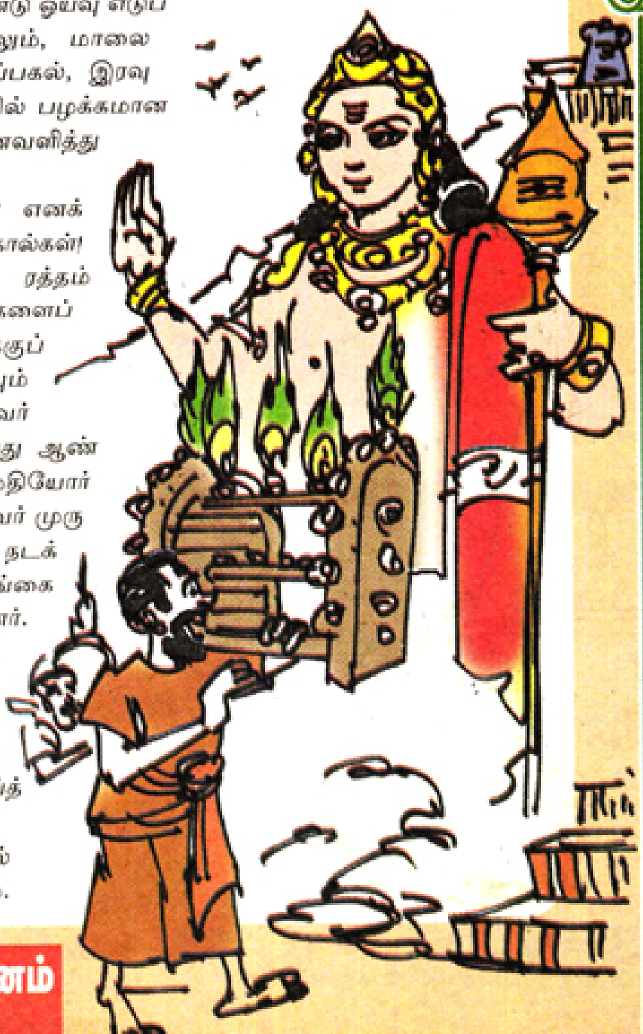
வாசகர் யோசனை

பாதங்களுக்கு வணக்கம்!

பழனி, தைப்பூசம் முடிந்து நான்காம் நாள். பாதைகளில் சாரிசாரியாக மக்கள் காவடியுடன் நடைபயணம். ஒருவராய், இருவராய், நண்பர்கள் குழுவாக, காவடி குழுக்களாக ஜனத்திரள், ஊரிலிருந்து புறப்பட்டு 4 அல்லது 5 நாட்களில் பழனியை அடைவார்கள். அவர்களது சமையல்காரர், உதவியாளர்கள் வேனில் முன்னதாகச் சென்று நீர் உள்ள நிழலில் உள்ள இடத்தில் சமைத்து வைத்திருப்பார்கள். நடைபயணிகள் உண்டு ஓய்வு எடுப்பார்கள். காலையிலும், மாலையிலும் நடை, நடுப்பகல், இரவு ஓய்வு. சில வீடுகளில் பழக்கமான குழுக்களுக்கு உணவளித்து உபசரிப்பார்கள்.

''அரகர அரகர' எனக் கூவி, நடக்கும் அக்கால்கள்! சிவந்து, கனிந்து, ரத்தம் கசிந்து, அப்பாதங்களைப் பார்த்தாலே நமக்குப் பரவசமும் பக்தியும் தோன்றும். சிறுவர் சிறுமியர், இளவயது ஆண்கள், பெண்கள், முதியோர் என பலதரப்பட்டவர் முருகனையே நினைத்து நடக்கின்றனர். சலங்கை கட்டி ஆடுகின்றனர். கரகரவென்று காவடி முதுகில் சுழல்கின்றது. அவர்கள் முகத்தில் களைப்பு இல்லை. அழகாய்த் தெரிகின்றனர்.

பழனி வீதிகளில் மக்கள் வெள்ளம்.



பழனி மலை அடிவாரத்தில் வெகு நேரம் காவடி ஆடுகின்றனர். முருகன் மலையில் இல்லை. பக்தர்களோடு ஆடி பரவசமாகி இருப்பான் என்று தோன்று கிறது. சுற்றி நின்று வேடிக்கை பார்ப் பவர்களும் ஆட்டத்தில் ஐக்கியமாகி ஆடத் துடிக்கின்றனர்.

வெளியூரிலிருந்து வந்த காவடிக் குழு ஒன்று, சண்முக நதியில் குளித்து ஒரு மண்டபத்தில் ஓய்வு எடுக்கின்றது. அவர்களுக்கு விருந்து, மூவகைப் பொரி யல், வடை, பாயசம்... அங்கு நான் பார்த்து வியந்த விஷயம்... மேல் சாதிப் பண்ணைக்காரர்கள், பணக்காரர்கள், தாழ்ந்த குடிமக்கள் அனைவரும் அம் மண்டபத்தில் ஒன்றாக அமர்ந்திருந் தனர். மேல் சாதிக்காரர்கள் அவர்களைப் பந்தியில் அமர்த்தி உணவு பறிமாறியது கண் கொள்ளாக் காட்சி!

மாலையில் மலை ஏறி, காவடியைச் செலுத்திவிட்டு, ஓர் இடத்தில் எடுத்த காரியத்தை முடித்த மகிழ்வுடன் அமர்ந் திருக்கிறார்கள். அமைதி, ஒழுங்கு! வியக்க வைக்கிறது. அவர்களுக்கு முரு கனை தரிசிக்கக்கூட வேண்டியதில்லை. முருகன் அவர்களுடனேயே இருக் கிறானே!

அங்கு கேள்விப்பட்ட ஒரு விஷ யம். சேலம் எடப்பாடிப் பகுதி யிலிருந்து, ஓர் அங்கத்தினர் விடாமல், ஊர்கள் அனைத்திலும் உள்ள மக்கள் சுமார் 500 பேருந்துகளில் பழனி வரு வார்களாம். கோயில் அந்த ஒருநாள் அவர்கள் வசமாகும். பூசாரிகள் கீழே இறங்கி விடுவார்களாம். உண்மையா என்று தெரியவில்லை.

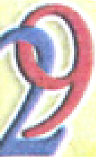
முப்பது வருடம், நாற்பது வருடம் தொடர்ந்து நடைபயணம் மேற்கொள் ளும் பக்தர்கள் உள்ளனராம். வருடத் துக்கு ஒருமுறை நடந்து உடலில் உள்ள டாக்ஸின்களை நீக்கி, நல்ல காற்றை சுவாசித்து, மனத்தைத் தூய்மையாக்கி, ஆன்மாவைப் பலப்படுத்திக் கொண்டு செல்லும் காவடி பக்தர்களுக்கு முருகன் அருள் நிச்சயம் கிடைக்கும். அந்தப் பாதங்களுக்கு வணக்கம். கண்களில் ஒத்திக் கொள்ளலாம்!

– டி. பிரபாவதி, கோவை



கோயில்களில் பிரஸாதம் வாங்கும் பக்தர்கள் அங்கேயே சாப்பிட்டுவிட்டு, எச்சில் தொன்னைகளை ஆங்காங்கே வீசி, கை கழுவிக் கொண்டு, கோயிலை அசுத்தம் செய்கிறார்கள். பிரஸாதங் களைக் கோயிலுக்குள் சாப்பிடக் கூடாது என உத்திரவு போட்டால் கோயிலின் பரிசுத்தம் காக்கப்படும். ஏராளமான பக்தர் கள் கூடும் திருப்பதி போன்ற கோயில் களுக்கு இந்த உத்தரவு மிகவும் அவ சியம்.

– ரங்கநாயகி, சென்னை



வெற்றி மீது வெற்றி!

பொன் மொழிகள்

எண்ணியதைச் செயல்படுத்துவதில் நம்பிக்கை உடையவர்களாக இருந்தால், அவர்கள் எண்ணியவாறே வெற்றி பெறுவர்.

உழைத்த மனிதன் மண்ணுக்குள் இருந்தாலும் தோண்டி எடுக்கப்படுவார். உழைக்காத மனிதன் சிம்மாசனத்தில் இருந்தாலும் கவிழ்க்கப்படுவான்.

தோல்விகளும், இடைஞ்சல்களும் வரும்போது மனத்தில் ஊக்கம் தளராமல் காரியங்களில் ஈடுபட்டு வந்தால், தன்னம்பிக்கை தானாக வளரும்.

பிறரை மதியாமை, தன் வலிமை உணராமை, தன்னையே உயர்த்திக் காட்டிக் கொள்பவர் விரைவில் கெட்டுத் தொலைவர்.

வெற்றியின் ரகசியம் கடுமையான உழைப்பே தவிர வேறொன்றுமில்லை.

பயமும், தயக்கமும் உள்ளவனைத் தோல்வி தொடர்ந்து கொண்டே இருக்கும்.

சினத்தையும், மனத்தையும் கட்டுப் படுத்தமுடியாதவர்களை யார் வேண்டுமானாலும் எளிதில் தோற்கடித்துவிடலாம்.

– ஆர். சாரதா, திருவான்மியூர்



"என்னுடைய அப்பா பெரிய பணக்காரர் இல்லை. லட்சக்கணக்கில் பணம் கொடுத்து மெடிக்கல் சீட் வாங்கித் தரவில்லை! என் மனைவியிடம் வரதட்சணையோ, பெரிய சீரோ கேட்கவில்லை. என்னுடைய வேலையிலோ, தொழிலிலோ, பதவி உயர்விலோ யாரும் சிபாரிசு செய்யவில்லை! எனக்கு உதவியவர்கள் எல்லாருமே முன் பின் தெரியாதவர்கள்... அவர்களை என்னிடம் அனுப்பியது யார்? ஒரு சூப்பர் பவர்தான் எனக்கு மட்டுமல்ல, உங்களுக்கும் வழிகாட்டுகிறது என்று நம்புகிறேன்... அந்த தெய்விக அருட்பிரவாகம் சாட்சாத் பாபாவேதான் என நான் அறிந்துகொண்டேன்!" என்கிறார் டாக்டர் ஜி. சாய்ரமணன், சென்னை.



9 இறைவனுடன் இனிய அனுபவங்கள்! 8

பகவான்

* படங்கள்: கே.ஆர். நாகராஜன்

‘‘எனக்கு அப்போது இருபது வயதிருக்கும். எம்.எம்.ஸி.யில் கடைசி வருட மருத்துவம் படித்துக்கொண்டிருந்தேன். எங்கள் குடும்பமே ஷீரடி சாயிபாபாவின் பக்தர்கள். ஆனால் எனக்கு புட்டபர்த்தி பாபாவைப் பற்றி எதுவும் தெரியாது.

திடீரென்று ஒருநாள் காரணம் எதுவும் இன்றி, சத்யசாயிபாபா யார் என்று விசாரிக்க ஆரம்பித்தேன். அவரவர் தங்களுக்குத் தெரிந்த தகவல்களைச் சொன்னார்கள். அவருடைய புகைப்படம் ஏதும் கிடைக்குமா என்று தேடினேன். கடைசியில் மின்ட் தெருவில் ஒரு ஃபோட்டோ கடையில் கிடைத்தது. அதைக் கொண்டு வந்து, எங்களுடைய மருந்துக்கடையில் வைத்தேன்.

அதோடு சரி... பூஜை செய்வதோ, பஜனைகளில் கலந்து கொள்வதோ எதையும் நான் செய்யவில்லை. ஆனால் எனக்கு அந்தப் படத்தில் ஏதோ ஒரு தெய்விகத் தன்மை இருந்ததாகத் தோன்றிக்கொண்டேயிருந்தது.

பாபா!

சில நாட்கள் கழித்து, நான் கனவு ஒன்றைக் கண்டேன். நான் கதிட்ரல் சாலையில் பழுப்பு நிற லாம்ப்ரடார் ஸ்கூட்டரில் போய்க்கொண்டிருக்கிறேன். மியூசிக் அகாடமியை நெருங்கியதும் போக்குவரத்து சிக்னல் விழுகிறது. நான் ஸ்கூட்டரை நிறுத்தவும், என்னருகே வெள்ளை நிற டொயோட்டா கரோலா கார் ஒன்று வந்து நிற்கிறது.

ஏ.ஸி. காரின் கண்ணாடி கீழே இறங்குகிறது. காரின் பின்பக்க இருக்கையில் பாபா அமர்ந்திருக்கிறார். தமது வலது கையைத் தூக்கிக்காட்டி, வரமளித்து, என்னை ஆசீர்வதிக்கிறார்... அடுத்தவிநாடி என் கனவு கலைந்துவிட்டது.

இதென்ன கனவு...? ஏன் பாபா என் கனவில் வந்தார். என்னிடம் அப்போது ஸ்கூட்டர்கூட இல்லையே! எனக்கோ ஒரே ஆச்சரியம்!

ஆனால் இரண்டு வருடங்கள் கழித்து, அதே கதிட்ரல் சாலை; அதே சிக்னல்! நான் லாம்ப்ரடார் ஸ்கூட்டரில் காத்திருக்கிறேன். பக்கத்தில் வெள்ளை நிற கரோலா கார் வந்து மெள்ள நிற்கிறது. கண்ணாடி கீழே இறங்குகிறது. என் கண்களை என்னாலேயே நம்பமுடிய வில்லை. மிக அழகாகப் புன்னகை புரிந்தபடியே, தமது வலது கையைத் தூக்கி, என்னை ஆசீர்வதிக்கிறார் சாயிபாபா. திகைத்துப் போன

❀ டாக்டர் ஜி. சாய்ரமணன்



நான் சுற்றிலும் பார்க்கிறேன். என் அருகே யாருமில்லை! மிக தீட்சண்யமாக என் கண்களையே பார்த்து 'ப்ளெஸ்' செய்கிறார். சில விநாடிகள்தான்! சிக்னல் விழவும், கார் பறந்துவிட்டது. (சத்யசாயிபாபா சென்னை வரும்போதெல்லாம், அவருக்கு டி.வி.எஸ். நிறுவனத்தினர் வெள்ளை நிற டயோடா காரை உபயோகிக்கக் கொடுத்து மகிழ்வார்கள் என்பதைப் பின்னாளில் அறிந்தேன்) எப்போதோ கண்ட கனவு, அப்படியே நனவாவது சாத்தியமா? அதுவும் இம்மியளவும் மாறாமல்...?

என்னுடைய ஆனந்தத்தைச் சொல்ல வார்த்தைகளே இல்லை...!

ஒரு வருடம் கழித்து, டாக்டர் வெங்கட்ராமனைப் பார்க்கப் போனேன். அவர்தான் ஆபட்ஸ்பரியில் பாபா வந்திருப்பதாகச் சொன்னார். மிகப் பெரிய கூட்டத்தில், ஓர் ஓரமாக நின்று, எங்கோ புள்ளியாகத் தெரிந்த பாபாவைத் தரிசனம் செய்தேன். என்னவோ, கோடி ரூபாய் கிடைத்தது போன்ற ஒரு சந்தோஷம்... மன நிறைவு... அதற்குப் பிறகு திருப்பதி மட்டுமல்ல, எந்தக் கோயிலுக்குமே போவதை விட்டுவிட்டேன். மெள்ள, பாபா படத்துக்குப் பூஜை, புட்டபர்த்தி தரிசனம் என தீவிர பக்தனாகி விட்டேன்.

இதற்கு இடையே, டிகிரி முடித்து, ஓ.என்.ஜி.சி. நிறுவனத்தின் கப்பல்களில் டாக்டராகப் பணிபுரியத் தொடங்கினேன். கை நிறைய சம்பளம் கொடுத்தார்கள். வேலையும் சுவாரசியமானதுதான். ஆனால் சென்னையின் பிரபல மருத்துவரா, ஒரு கன்சல்டன்ட்டா ஆகணும் என்கிற என் எண்ணம் நிறைவேறவில்லையே என்ற சிறு வருத்தம் இருக்கத்தான் செய்தது.

ஸ்ரீபாபாவுக்கு என் மனத்தாங்கலைத் தெரிவித்து ஒரு சிறு கடிதம் எழுதிப் போட்டேன். அது அவர் பார்வைக்குப் போனதா... அதை அவர் படித்தாரா என்பதெல்லாம் எனக்குத் தெரியாது. ஆனால் மிக விரைவிலேயே 'சந்திரன்' என்பவர் மூலமாக, ஷிப்பிங் இன்டஸ்ட்ரி மெடிக்கல் கன்சல்டன்ட் ஆக இஸபெல்லாவில் மருத்துவப் பணி வாய்த்துவிட்டது. உங்களுடைய அபிலாஷைகள் என்னவாக வேண்டுமானாலும் இருக்கட்டும்... அவரிடம் உங்கள் மனக் குறையைச் சொன்னால், எப்படித் தீர்த்து வைக்கணுமோ, அப்படிச் செய்து விடுவார்.



நண்பர் திரு. நாகப்பன், பிரபல வங்கியின் மேலாளராக இருந்தவர். ஒருநாள் அவரை அழைத்துக்கொண்டு புட்டபர்த்தி கிளம்பினேன். பெங்களூரைத் தாண்டியதும் எனக்கு உடல்நலக் கோளாறு ஏற்பட்டுவிட்டது. கடுமையான வயிற்றுவலி, ஓயாத வாந்தி என மிகவும் களைத்துவிட்டேன்.

நடுவே, காரை நிறுத்தி, நாகப்பன் கடைக்குச் சென்று தேநீர் அருந்தினார். நான்

மரத்தடியில் நின்றவாறே, ''உன்னைத் தரிசிக்க ஆசையுடன் வந்திருக்கிறேன். என் உடல் நிலை மோசமாகிக் கொண்டிருக்கிறதே!'' என்று உதடுகள் சொன்னாலும், மனம் மட்டும், ''சாய்ராம்... சாய்ராம்...!'' என்று விடாமல் ஜபித்துக்கொண்டிருந்தது.

அப்போது சட்டென்று எங்கும் இனிய விபூதி மணம் கமழ்ந்தது. 'இதென்ன விபூதி வாசனை வருகிறதே!' என்று நான் சுற்றும் முற்றும் பார்த்தேன். எதிர் சாரியில் டீக்கடை ஆட்களைத் தவிர யாருமில்லை! என் சட்டையைத் தூக்கி, என் வயிற்றின் மீது யாரோ விபூதியைத் தடவியதுபோல இருந்தது. 'போல' என்ன? நிச்சயமாக, விரல்களால் மென்மையாக, இதமாகத் தடவினார்கள்.

உங்களுடைய அபிலாஷைகள் என்னவாக வேண்டுமானாலும் இருக்கட்டும்... அவரிடம் உங்கள் மனக் குறையைச் சொன்னால், எப்படித் தீர்த்து வைக்கணுமோ, அப்படிச் செய்து விடுவார்!

அடுத்த விநாடி! நம்பினால் நம்புங்கள்! என் வயிற்றுவலி, குமட்டல், வயிற்று உப்பிசம், உடல் களைப்பு எல்லாம் மாயமாகி விட்டது. என்னவோ... அப்போதுதான் குளித்துவிட்டு வந்ததுபோல ஃப்ரெஷ் ஆகி விட்டேன்.

நானே ஒரு டாக்டர் என்பதால், ''பர்ஃபெக்ட்லி ஃபிட்!'' என சர்டிஃபிகேட் தரும் நிலையில் இருந்தேன்.

இந்தோனேஷியாவிலிருந்து கப்பலில் வந்த பயணி ஒருவருக்கு அவசர டான்ஸில்ஸ் அறுவை சிகிச்சை செய்ய வேண்டியதாகிவிட்டது. 'இஸபெல்' மருத்துவமனையில் சேர்த்தோம். இளம் டாக்டர் ஒருவர் அறுவை சிகிச்சை செய்தார்.

எல்லாம் நல்லபடியாக இருக்கவே, நான் வீட்டுக்கு வந்துவிட்டேன். இரவு ஒன்பது மணிக்கு அந்த இளம் டாக்டர் வந்து, நோயாளியைப் பார்த்துவிட்டு வரலாம் என அழைத்தார். ''எதற்கு?... தேவையில்லை!'' என நான் மறுத்த போதும், அவர் விடவில்லை. 'இஸபெல்' போனோம். போனால் ஒரே அதிர்ச்சி! தொண்டையில் போடப்பட்ட தையல் பிரிந்து, வாயெல்லாம் ரத்தம் ஒழுகிக்கொண்டிருந்தது. இளம் டாக்டர் அழுதே விட்டார். மறுபடி தையல் போடுவது என முடிவானது. தெரிந்த அனஸ்திஸ்ட்க்கு எல்லாம் ஃபோன் செய்து பார்த்தோம். செல்ஃபோன் வசதி இல்லாத காலமாச்சே! யாரும் சமயத்துக்குக் கிடைக்கவில்லை.

ஈ.என்.டி. சீஃப் டாக்டர், ''பரவாயில்லை; இனியும் தாமதிக்க முடியாது. பெத்தடின் ஊசி போட்டு, தையல் போட்டு விடலாம்!'' என்று சொல்லிக் கொண்டிருக்கும்போது, அனஸ்திஸ்டிட் ஒருவர் வந்து நின்றார். விநாடிகூட தாமதிக்காது, செயல்பட்டோம். ஆபரேஷன் ஆனதும்தான் எங்களுக்கு உயிரே வந்தது.

''உங்களுக்குத் தகவல் சொன்னது யார்?'' என்று கேட்டேன்.

''தெரியலை! இஸபெல்லாவுக்கு வாங்க! உடனே ஒரு அனஸ்திஸ்டிட் தேவை என்ற செய்திதான் கிடைத்தது'' என்றார்.

இஸபெல்லாவில் கேட்டால், அப்படியொரு டாக்டரின் பெயரோ நம்பரோ அவர்களிடம் இல்லை என்றார்கள்.

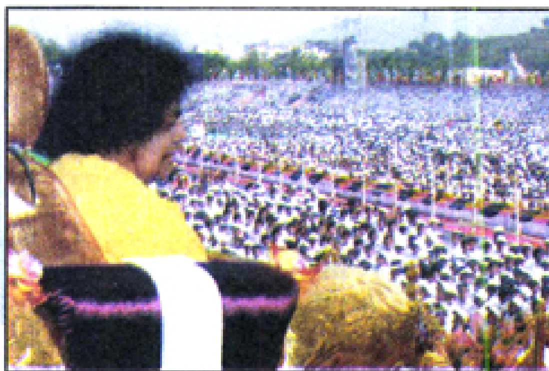
'யாரும் போன் பண்ணாமலே அவருக்கு எப்படித் தெரிந்தது. அதுவும் ஈ.என்.டி வார்டில் வந்து சரியாக நின்றார்...?' என்று குழம்பிக்கொண்டே

அவரை வாசல்வரை போய் வழி யனுப்பினேன்.

அந்த அனஸ்திஷியா டாக்டரின் கார் திரும்பியதும் பார்த்தேன். அதன் பின் புறக் கண்ணாடியில் சத்ய சாயிபாபாவின் ஸ்டிக்கரும் 'யாமிருக்க பயமேன்?' என்ற வாசகமும் கண்ணில் பட்டன. அவர் டாக்டர் விஜயகுமார் என்பதும், சத்ய சாயிபாபாவின் அறக்கட்டளையில் தீவிர உறுப்பினர் என்பதும் பிற்பாடு தெரிந்தது. 'நன்றி பாபா!' என்று நான் சொல்லி வீடு திரும்பினேன்.

மறுநாள் மருத்துவமனை முழுக்க, எனக்குப் பாராட்டுகள்!

'தையல் பிரிந்து, மிகவும் ஆபத்தான நிலையில், ரீ-ஆபரேஷன் செய்து உயிரைப் பிழைக்க செய்துவிட்டார் டாக்டர் சாய் ரமணன்!' என்று பேசிக்கொண்டிருந்தனர். உண்மையில், எங்களது சிறு கவனக் குறைவுக்காகக் கண்டனம் தெரிவிக்க வேண்டிய சம்பவம் அது! ஆனால் ஸ்ரீபாபாவின் அருளால், எங்கள் தவறுகளும் நேர் செய்யப்பட்டுவிட்டன என்பது தான் உண்மை!



ஐந்து வருடங்களுக்கு முன், நான் மயிலாப்பூர் கிளினிக்கில் இருந்தேன். அப்போது வெளிநாட்டவர் போன்ற தோற்றம் உடைய ஆண் ஒருவர் வந்திருக்கிறார். என்னுடைய உதவியாளரிடம் ஒரு விபூதி பொட்டலத்தைக் கொடுத்து, ''நான் ஸ்ரீ சத்யசாயிபாபாவிடமிருந்து வருகிறேன். இது விபூதி ப்ரசாதம். இதை மிக மிகத் தேவையான தருணத்தில் மட்டுமே பயன்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்'' என்று கூறியிருக்கிறார்.

என்னுடைய உதவியாளர் உள்ளே வந்து, என்னிடம் விவரத்தைக் கூறி, நான் வெளியே வந்து பார்ப்பதற்குள், அந்தத் தெருவிலேயே அந்த நபரைக் காணவில்லை! சரியாக மூன்றாவது வாரம்... எனக்குத் திடீரென்று நெஞ்சுவலி... டாக்டரான எனக்கு இது மோசமான அறிகுறி என்று தெரியாமலிருக்குமா...? உடனே டாக்டர் நண்பர் ஒருவரிடம் சென்றேன். அவர் சில பரிசோதனைகள் செய்துவிட்டு, ''ஆஞ்சியோகிராம் எடுக்கலாம்'' என்றார்.

வீட்டுக்கு வந்தேன். திடீரென்று ஞாபகம் வரவும், அந்த வெளிநாட்டவர் தந்த விபூதியில் சிறிது எடுத்து சாப்பிட்டேன். சாயங்காலம் பிரபல இதயநோய் மருத்துவர் டாக்டர் பி.வி. சந்திரசேகரிடம் போய் காட்டினேன். ''டாக்டர் எனக்கு நெஞ்சுவலி!'' என்றேன்.

''அப்படின்னா... யு ஷுட் ஸீ எ சைக்யாட்ரிஸ்ட்! நெஞ்சுவலி வெறும் கற்பனை! பரிசோதனைகள் எல்லாமும் அப்படித்தான் சொல்கின்றன. போய் ரெஸ்ட் எடு!'' என்று சொல்லி அனுப்பிவிட்டார்.

அதற்குப் பிறகு நியூஸிலாந்து, ஆஸ்திரேலியா என நான் சுற்றாத வெளிநாடே இல்லை! ஹைதராபாத்தில் நடந்த 'இத்

நியன் ஏவியேஷன் ஷோ'வில் காலை ஏழு மணி முதல் இரவு ஏழு மணிவரை உற்சாக மாகப் பங்கேற்றேன்... ஒருமுறைகூட நெஞ்சுவலி வரவேயில்லை!

2004. அக்டோபர் மாதம்... டாக்டர் ராமசுந்தரம் என்னை புட்டபர்த்தி அழைத்துச் சென்றார். கூட்டமான கூட்டத்தில், ஏதோ ஒரு புள்ளியாய் பாபாவின் தரிசனம் நடக்கவிருக்கிறது என்று நினைத்துதான் போனேன். ஆனால், ''டாக்டர் சாய்ரமணன் யாரு?'' என்று கேட்டபடியே வந்த வாலன்டியர் ஒருவர், என்னை அழைத்துக்கொண்டு போய் பாபாவின் இருக்கைக்குப் பின்புறமாக அமரச் செய்தார். பார்த்தால்,

''அன்னி சரி போத்துந்தி!'' (எல்லாமே சரியாகிவிடும்...!) என்றார். உண்மையில், நெருங்கிய உறவினர் ஒருவர் செய்த குளறுபடியால் இருபது லட்ச ரூபாயை இழந்திருந்த சமயம் அது!

ஆனால், பகவான் ஆசீர்வாதத்துடன் இழந்த பணத்தை, வெகு சீக்கிரமே அடைந்துவிட்டேன்.

''டாக்டர்... உங்களுக்கு நல்ல பெயரும் புகழும் இருக்கலாம். ஏழைகளிடம் 20 ரூபாய் மட்டுமே வாங்கிக் கொண்டு சர்வீஸ் செய்து வரலாம். ஆனால், உங்களுக்குக் குழந்தை இல்லையே என்ற ஏக்கம் உங்களை வாட்டவில்லையா...?''

''வீடு, மனைவி, குழந்தைகள், பதவி, நிறைய செல்வம்... என எத்தனை எத்தனை இருந்தாலும் பகவான் பாபாவின் அருள் இல்லாவிட்டால், எது இருந்தும் எதுவும் நம்மைக் காக்காது. பகவான் கருணைப் பார்வை ஒன்றே ஒன்று இருந்து விட்டால், வீடு, மனைவி, குழந்தை, சொத்து என எது இல்லாவிட்டாலும், எல்லாமே இருக்கும் திருப்தியான மனநிலை கிடைத்துவிடும்! அது எங்களுக்கு இருக்கிறது!'' என்று முடிக்கிறார் சாய்ரமணன்.

பாபாவின் பொன்மொழி:

உடலில் ஒரு கட்டி இருந்தால் அதன்மேல் களிம்பு தடவி, விசேடத் துணியால் குணமாகும்வரை கட்டுப் போட வேண்டும். அதேபோல வாழ்க்கையில் நமது ஆளுமை தன்மை மேல் அகங்காரம் என்ற கட்டி உள்ளது. அக்கட்டியினை குணப்படுத்த தூய அன்பு என்னும் தண்ணீரால் தினமும் கழுவி, கடவுள் நம்பிக்கை என்ற களிம்பை அதன் மேல் தடவிவர குணமாகும்.

ஒரு பக்கம் சச்சின் டெண்டுல்கர், மறுபக்கம் டி.என்.சேஷன். நடுவே நான்! பகவான் பாபா எழுந்து வந்து, சச்சினிடம் சில வார்த்தைகள் பேசினார். டி.என். சேஷனிடம் போய்ப் பேசினார். எனக்கு கை கால் எல்லாம் உதற, அப்படியே பிரமை பிடித்து நின்றிருந்தேன். பிறகு என்னிடம் வந்தார். மிக அருகில், என் கண்களை, கண்களால் பார்க்கிறார்... நான் ஏதோ பேச நினைத்து வாயைத் திறக்கிறேன்.

''பேசாதே!'' என்பதுபோல ஜாடை காட்டி, விபூதியைத் தலையில் தடவினார்.

(அருள் பெருகும்)

படம்: ஸ்ரீஹரி

அடுத்த இதழில்...
மூத்த பத்திரிகையாளர்
எஸ். லட்சுமி சுப்ரமணியம்
அனுபவங்கள்...

இது புதுசு!

ஆண்டு மலர்

ஆல் இன் ஒன்

பாரம்பரியப் பாத்திரங்களையும் அடுப்பையும் வைத்துத்தான் சமையல் செய்ய முடியும். செங்கற்களை அடுக்கி, நடுவில் மரக்கரி போட்டு அதன் சூட்டில் உலோகக் கம்பிகளில் உணவுப் பதார்த்தங்களை அடுக்கித்தான் 'கிரில்' செய்ய முடியும். பாரம்பரிய அவன்களில் தான் உணவை 'பேக்' செய்ய முடியும் என்ற கருத்துக்களைக் கொண்டவரா நீங்க? உடனே 'சட்னு' மாத்திக்குங்க! ஒரே மைக்ரோவேவ் அவனில் சமையல், கிரில்லிங், பேகிங் அனைத்தையுமே செய்ய முடியும் சகோதரிகளே! அதைத்தான் அவ்வப்போது சொல்லித் தரப் போறேன்...

மைக்ரோவேவ் அவனில் என்ன என்ன செய்யலாம்?

பொதுவாக மைக்ரோவேவ் அவனில் 'மைக்ரோ மோட்', 'கிரில் மோட்', 'கன்வெக்ஷன் மோட்' என்று 3 மோடுகள் உள்ளன.

மைக்ரோ மோட்: மைக்ரோமோடில் நம் பாரம்பரிய இனிப்புகள், பொரியல், கூட்டு, அவியல், குருமா, சாம்பார், ரஸம், குழம்பு, சூப்புகள், சிற்றுண்டிகள், ஸ்நாக்ஸ், மசாலா சப்ஜிகள்... ஏன் தொக்கு உட்பட எல்லாமே சமைக்கலாம்!

சில நொடிகள்/ நிமிடங்களில், உணவை மறு சூடும் செய்யலாம்.

கிரில் மோட்: கிரில் மோடில் காய் ரோஸ்ட் (உருளைக் கிழங்கு, சேனை ரோஸ்ட் போன்றவை), கட்லெட்,





கீதா பாலகிருஷ்ணன் ஏராளமான டி.வி., வானொலிகளில் பல்வேறு சமையல் நிகழ்ச்சிகளைத் நடத்தி வருகிறார். இவருடைய 'குக். க்ரில். பேக்' என்ற சமையல் புத்தகம் மைக்ரோஅவன் சமையலுக்கான நுழைவாயிலாகப் புகழ்பெற்றுள்ளது.

கபாப், டிக்கி போன்ற உணவுகளை மிகக் குறைந்த எண்ணெயில் சுலபமாகச் செய்யலாம்.

கன்வெக்ஷன் மோட்: கன்வெக்ஷன் மோடில் பிஸ்கட்டுகள், பன்கள், பிரட்-ரோல்ஸ், கேக், ஸ்டஃப்ட்டு பேக்டு காய்கள் என்று, நாம் வீட்டில் உபயோகிக்கும் எண்ணெய், மாவு என்று நம் விருப்பத்துக் கேற்ப உபயோகித்து சுலபமாக 'பேக்' செய்யலாம்.

எந்த வகை மைக்ரோவேவ் அவனை வாங்கலாம்?

அவரவர் தேவைக் கேற்ப, மைக்ரோ மோட் மட்டும் வைத்த அவன் அல்லது மைக்ரோ மற்றும் கிரில் மோடுடன் கூடிய அவன் அல்லது 'மைக்ரோ, கிரில், கன்வெக்ஷன்' என்று மூன்று மோடுகளுமே வைத்த அவன் வாங்கலாம்.



சமையல்!

ஈஸி குங்குமப்பூ திரட்டிப்பால்

தேவையான பொருட்கள்:

கண்டென்ஸ்ட் மில்க் - 200 கிராம் டின் ஒன்று
பால் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
குங்குமப் பூ - ¼ டீஸ்பூன்
நெய் - 1 டீஸ்பூன்
ஏலத்தூள் - ¼ டீஸ்பூன்
கெட்டித் தயிர் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்

செய்முறை

1. கண்டென்ஸ்ட் மில்க்கை 'மைக்ரோ ப்ரூஃப்' கண்ணாடிப் பாத்திரத்தில் ஊற்றி 'ஹை பவரில்' 3 நிமிடங்கள் வைக்கவும்.

2. வெளியே எடுத்து, சூடான பாலில் கரைத்து குங்குமப்பூ சேர்த்துக் கலந்து 'மீடியம் ஹை பவரில்' 2 நிமிடங்கள் வைக்கவும். (இப்பொழுது சூடாக, திரித்தால், திரியக்கூடிய பதத்தில் பால் இருக்கும்.)

3. நெய், ஏலத்தூள், கெட்டித்தயிர் சேர்த்துக் கலந்து 'ஹைபவரில்' 3 நிமிடங்கள் வைக்கவும்.

4. வெளியே எடுத்து நன்றாகத் திரிந்து தயாராகி விட்டதா என்று பார்த்து, தேவையானால் மேலும் 2 நிமிடங்கள் 'ஹை' பவரில் வைக்கவும்.

திரட்டிப்பாலின் தன்மையை 'நெய்' அதிகரிக்க, 'குங்குமப்பூ' நிறத்தையும், தரத்தையும் பெருக்க, ஏலத்தூள் மணம் கூட்ட, 8-10 நிமிடங்களில் உங்கள் 'ஈஸி குங்குமப்பூ திரட்டிப்பால்' தூள் கிளப்பும்.

ஆல் இன் ஒன் காம்பினேஷன் சமையல் கமகம வெண் பொங்கல்!

இம்முறை நாம் 'கேஸ் ஸ்டவ்' மற்றும் 'எலெக்டிரிக் குக்கர்' இரண்டையும் மிக்ஸ் & மேட்ச் செய்து கமகம வெண்பொங்கல் செய்யலாமா?



தேவையான பொருட்கள்:

சீரகச் சம்பா அரிசி - 1 கப்
பாசிப் பருப்பு - ¼ கப்
மிளகு - 4/5
சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்
மிளகு - சீரகத் தூள் - ½ டீஸ்பூன்
இஞ்சி விழுது - 1 டீஸ்பூன்
கருவேப்பிலை - சிறிதளவு
முந்திரிப் பருப்பு - 4/5
நெய் - 4 டேபிள் ஸ்பூன்
தண்ணீர் - 4 கப்
உப்பு - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை

எலெக்டிரிக் குக்கரில் 2 கப் தண்ணீரை ஊற்றி ஆன் செய்யவும்.

கேஸ் அடுப்பில் ஒரு வாணலியில் பாசிப்பருப்பை மிதமான தீயில் வாசனை வரும்வரை வறுத்து எலெக்டிரிக் குக்கரில் கொதிக்கும் தண்ணீரில் போடவும்.

கேஸ் அடுப்பில் அதே வாணலியில் நெய் ஊற்றி முந்திரிப் பருப்பை பொன்னிறமாக வறுத்து எடுக்கவும்.

இஞ்சி விழுது, மிளகு, சீரகம் சேர்த்து நெய்யில் நன்கு பொரித்து எடுத்து, எலெக்டிரிக் குக்கரில் கொதிக்கும் பாசிப்பருப்புடன் சேர்க்கவும்.

சீரகச் சம்பா அரிசியை நன்கு களைந்து 2 கப் தண்ணீருடன் எலெக்டிரிக் குக்கரில் சேர்க்கவும். கருவேப்பிலை, உப்பு, மிளகு- சீரகத்தூள் சேர்த்து நன்கு கலந்துவிட்டு வைத்துவிடவும்.

நமக்கு இந்த 5 நிமிட வேலைதான்! மீதி வேலையை எலெக்டிரிக் குக்கர் பார்த்துக்கொள்ளும். இதைச் செய்துவிட்டு, வெளியே சென்றுவிட்டு வந்தாலும்கூட 'கீப் வார்ம்' (keep warm) மோடில் 4 மணி நேரத்துக்கு 'கமகம வெண் பொங்கல்' சூடாகச் சாப்பிடத் தயார். (அஃப்கோர்ஸ், மின்சார தேவதையின் அருள், கண்டிப்பாகத் தேவை!)

‘ருசி’கர கம்பினேஷன் குறிப்புகள்

விருந்துக்குச் செய்வோருக்கு: நெய் அளவைக் கூட்டி 'ரிச்சாக' பொங்கலின் சுவையையும், மணத்தையும் கூட்டலாம்.

டயட் செய்வோருக்கு: நெய்க்குப் பதில், 'ஆலிவ் ஆயில்' சேர்க்கலாம். பாசிப் பருப்பு அளவைச் சற்றே கூட்டி, அரிசி அளவைக் குறைக்கலாம்.



சர்க்கரை நோயாளிகளுக்கு: அரிசிக்குப் பதில் 'கோதுமை ரவை' உபயோகிக்கலாம். 2½ கப் தண்ணீர் போதும்.

குழந்தைகளுக்கும் வயதானவர்களுக்கும் செய்ய விரும்புவோருக்கு: கண்டிப்பாக சீரகச் சம்பா அரிசி உபயோகிக்கவும். மிகக் குழைவாக, தனி 'கமகம' மணத்துடன் சாப்பிடுவதற்கு உகந்ததாக இருக்கும்.

வேறுபட்ட சுவை விரும்புவோருக்கு: பாசிப் பருப்புக்கு பதில் அரை மணி நேரம் தண்ணீரில் ஊற வைத்த துவரம் பருப்பு (வறுக்கத் தேவையில்லை) உபயோகிக்கவும்.

பொங்கலில் உபயோகிக்கும் பொருட்களினால் கிடைக்கும் பலன்கள்:

மிளகு - சீரகம் கலவை 'மேட் ஃபார் ஈச் அதர்' தம்பதியர் போல் ஒருங்கிணைந்து செயல்படும் திறன் வாய்ந்தது!

மிளகுக்கே உரித்தான சூப்பர் மணத்துடன், விஷ முறிவு, (கெட்டுப்போன உணவைத் தெரியாமல் உண்டுவிட்டால் நேரக்கூடிய ஃபுட் பாய்ஸனிங், வாயுக் கோளாறு, ஜீரணக் குறைவு அனைத்தையும் நிவர்த்தி செய்யும் மிளகு.) உடல் அசதி அகற்றுதல், தொண்டைக் கமறல் நீக்குதல் போன்ற பல நன்மைகள் அடங்கியது மிளகு! உணவு செரிக்கச் செய்தல், வயிற்றுப் புண் ஆற்றுதல், அதிக கெட்ட கொழுப்பு உடலில் சேராது கரைத்தல், சுறுசுறுப்பைப் பெருக்குதல் போன்ற பல நன்மைகளைச் சீரகம் செய்யும். சுருங்கக் கூறினால் சீரகம், 'அகத்தைச் சீராக்கும்!' இஞ்சி விழுது வாயுத்தொல்லை, அஜீரணம், கெட்ட கொழுப்பை வெளியேற்றுவதுடன் முதுமையை ஒத்திப் போடும்.

பிரஷர் குக்கரில் செய்ய விரும்புவோருக்கு:

பிரஷர் குக்கரில் 3 விஸில் விட்டு, 5 நிமிடங்கள் 'ஸிம்'மில் வைத்து அடுப்பை அணைக்கவும். கார்போஹைட்ரேட் (அரிசி) + புரதம் (பாசிப்பருப்பு) + அருமருந்து குணங்களும், மணமும் மிக்க பொருட்களின் கலவை (மிளகு, சீரகம், இஞ்சி) + மிதமான கொழுப்பு (நெய்/எண்ணெய்) + கமகம மணம் + சுவை + சுடச்சுட உணவு + ஜஸ்ட் 5 நிமிடங்கள் வேலை இன் கிச்சன் = 'ஆல் இன் ஒன்' கமகம வெண் பொங்கல்! சமன்பாடு சரிதானே?

(தொடர்ந்து கலக்குவோம்...)


* மகள், டெப்பியுடன் நடுவில் பிரபாவதி

ஆரோக்கியப்

என் அமெரிக்கத் தோழி டெப்பி ஏன்டஸன், அமெரிக்காவில் சார்லட் என்ற நகரில் உள்ள TIAA என்ற நிறுவனத்தில் உயர் அதிகாரியாகப் பணி புரிகிறார். வயது 48. திருமணம் செய்து கொள்ளவில்லை.

இரண்டு மாதத்துக்கு முன்பு முதுகு வலி, சிறுநீர் கழிப்பதில் சிரமம் என மருத்துவப் பரிசோதனைகள் செய்து கொண்டார். கருப்பையில் புற்றுநோய் என அறியப்பட்டது. அறுவைச் சிகிச்சை செய்யப்பட்டு பாதிக்கப்பட்ட பகுதிகள் நீக்கப்பட்டன. மற்ற பாகங்களுக்குப் பரவவில்லையாம். முதல்கட்டத்தில் உள்ளார்.

அவருடைய தன்னம்பிக்கை என்னை வியக்கவைத்தது. ஏதோ குளிர்காய்ச்சல் வந்த நோயாளி போல இருந்தார். அறுவைச் சிகிச்சை முடிந்த நான்காம் நாள் வீட்டுக்கு வந்து விட்டார். பத்தாவது நாள் கார் ஓட்டினார். அறுவைச் சிகிச்சையின்பொழுதும், முடித்து வீட்டுக்கு வந்த பிறகும் அவருடைய தோழிகள் தினசரி ஒருவராக வந்து உதவி செய்தனர். அவருடைய உயர் அதிகாரி கூட ஒருநாள் அவருடன் தங்கினார். கீமோ தெரபியில் அவர் தலைமுடி உதிர்ந்தால், தாங்களும் மொட்டை அடித்துக் கொள்வதாகக் கூறினர். 'விக்' குக்கு ஆர்டர் செய்தார். சத்தியம் செய்தால்கூட அவர் ஒரு கான்சர் நோயாளி என நம்ப முடியாது.

ஒருநாள் என்னிடம், ''இன்று ரத்த பரிசோதனை செய்யப் போகிறேன். போய் வர இரண்டு மணி நேரமாகும். என்னுடன் வர முடியுமா?'' என்று கேட்டார். நானும் விரும்பி உடன் சென்றேன். சென்ற இடம் கரோலினா மெடிக்கல் சென்டர். அது ஒரு பெரிய மருத்துவமனை.

அங்கு ஓர் அறைக்கு அழைத்துச் சென்றார். அது ஒரு 16x16 அறை. வட்டமாக இருக்கைகள் இருந்தன. சுமார் 15 அமெரிக்கப் பெண்கள் அமர்ந்திருந்தனர். அழகாக உடை அணிந்திருந்தனர். ஜாலியாகப் பேசிச் சிரித்துக்கொண்டு இருந்தனர். நடுவில் ஒரு மேஜை. அதில்

பெரிய கேக், பலவிதமான பழங்கள், குடிநீர் புட்டிகள், காகிதத் தட்டுகள் முதலானவை இருந்தன. ஏதோ ஒரு சிறு விழா, விருந்து என்று நினைத்தேன். பிறகுதான் தெரிந்தது, அவர்கள் மார்பக, மற்றும் கர்ப்பப்பை புற்றுநோயாளிகள் என்று.

கரோலினா மெடிக்கல் சென்டரில், ப்ளூமெதல் கான்சர் பகுதி உள்ளது. புற்றுநோய் நோயாளிகளுக்கு உதவுவதற்காக, ஆலோசனை வழங்குவதற்காக, ஆலோசகர் ஒருவர் இக்கூட்டத்தைக்

பயணிகளுடன் ஒருநாள்...

கூட்டியுள்ளார். மாதம் ஒரு முறை இக் கூட்டம் கூடுகிறது.

அந்த ஆலோசகர் மென்மையாக இனிமையாகப் பேசுகிறார். ''இது ஒரு ஆறுதல் வட்டம். நம்பிக்கை பயணத் துக்கு இக்கூட்டம் துணைபுரியும். நீங்கள் ஒருவருடன் ஒருவர் பேசிக்கொள்ளவும், புரிந்து கொள்ளவும், ஆலோசனை பெறவும், ஆறுதல் பெறவும் இது ஒரு அற்புதமான வாய்ப்பு...'' என்று தன் பேச்சை ஆரம்பிக்கிறார்.



ஒவ்வொருவராக தங்களை அறிமுகப் படுத்திக் கொள்ளச் சொல்கிறார். தங்கள் பெயர், எப்பொழுது பாதிப்பு ஏற்பட்டது, அதனால் ஏற்பட்ட துன்பங்கள் ஆகியவற்றை ஒவ்வொருவராக கூறுகின்றனர். ஒருவர், ''நான் தற்சமயம் நான்காவது நிலையில் உள்ளேன். இங்கு வந்ததின் நோக்கம் மற்றவர்களுக்குத் தைரியம் ஊட்ட'' என்கிறார்.

மற்றொருவர், ''1994ல் எனக்கு மார்பகப் புற்று நோய் ஏற்பட்டது. தற்சமயம் எனக்குக் கர்ப்பக் குழாய்ப் புற்று'' என்கிறார். அவர் பேசும்பொழுது நிறைய சிரித்தார். தன் துன்பத்தை மறைக்கத்தான் இந்தச் சிரிப்பு என்று தோன்றியது. என் தோழி டெப்பி பேசுகையில்,

''எனக்கு முதலில் அடிக்கடி முதுகுவலி வரும். என் மருத்துவர் அதற்குத்தான் மருந்து தந்தார்'' என்றபோது, ஒருவர், "Then we must educate the doctors" என்றார்.

நான் என்னை அறிமுகப்

படுத்திக்கொண்டு, ''இந்தியா வில் இது போன்ற அமைப்பு உள்ளதா என்று எனக்குத் தெரியவில்லை. துன்பங்களைப் பகிர்ந்துகொண்டு, நீங்கள் ஆற்றும் பணி உன்னதமானது'' என்று கூறினேன். அவர்களுடன் புகைப்படம் எடுக்க நினைத்தேன். நாகரிகம் கருதி எடுக்கவில்லை.

''தைரியம், பலம் என்பது அழாமலிருப்பது, பயப்படாமலிருப்பது என்பதல்ல. தைரியம் என்பது மனிதத் தன்மையுடன் இருப்பது, புற்றுநோய் என்ற 'ரோஜா வண்ணயானை' பற்றி மற்றவர்களுடன் உரையாடுவது, அச்சத்திலும் பூரண குணத்தை நோக்கிச் செல்வது'' என்ற அவர்கள் கருத்தை வணங்கி ஏற்றுக்கொள்ள வேண்டும்.

''இளவயதில் 'சீசா' விளையாட்டு விளையாடியிருக்கிறோம். அது கட்டையின் இருபுறமும் உள்ள கனத்தை சமன் செய்து விளையாடுவதாகும். அதே போல வாழ்க்கையும் சமன் செய்து வாழ்வதாகும். ஒருவர் புற்று நோயால் பாதிக்கப்படும்போது, அந்தக் கஷ்டத்தை சமன் செய்து வாழவேண்டும். அன்புடன் மற்றவர்களுடன் பேசி, மென்மையான அன்புக் கண்களைச் சந்திக்கும்போது, அச்சமநிலையைப் பெறலாம்'' என்ற அவர்கள் கருத்து முற்றிலும் உண்மையானது.

உலகப் புகழ்பெற்ற 21 விஞ்ஞானிகள் ஐந்து ஆண்டுகள் விஞ்ஞானப் பூர்வமாக ஆராய்ந்து, அதில் முக்கிய மாகக் கூறுவது, அதிகப்படியான உடற் பருமன் புற்றுநோயை உண்டாக்கும் என்பதாகும்.

புற்றுநோய் வராமல் இருக்க அவர்கள் கூறும் அறிவுரைகள்...

1. ஒல்லியாக இருக்கவும்.
2. குறைந்தது 30 நிமிடமாவது சுறுசுறுப்பாக இருக்கவும்.
3. சர்க்கரைப் பானங்களைத் தவிர்க்கவும்.
4. வெவ்வேறான காய்கறிகள், பழங்கள், தானியங்கள், பருப்புகள் சேர்க்கவும்.
5. மாமிச உணவைக் குறைக்கவும்.
6. மதுபானங்களைக் குறைக்கவும்.
7. உப்பு சேர்த்துப் பதப்படுத்திய உணவைத் தவிர்க்கவும்.

– டி.பிரபாவதி,
யு.எஸ்



வெளிநாடு செல்லும்போது சூட்கேஸ்களில் பொருட்களைத் திணித்து, கஷ்டப்பட்டு மூடி எடுத்துச் செல்வோம். ஆனால், கஸ்டம்ஸில் செக்கிங் செய்யும்போது எல்லாவற்றையும் உதறிப் பார்த்து கலைத்து விடுவார்கள். பின்னர் எல்லாவற்றையும் சூட்கேஸில் அடுக்குவது கஷ்டம். எனவே நம் கையில் நான்கு, ஐந்து மெகா சைஸ் டிராஸ் பேக் வைத்துக் கொண்டால், கலைந்த சாமான்களை அவற்றிலும் நிரப்பி எடுத்துச் செல்ல சௌகர்யமாக இருக்குமே!

– டாக்டர் வித்யாமூர்த்தி, பெங்களூர்

வைர மொட்டு!

- ஸரோஜா விசுவநாதன்

கல்யாணமாகி இந்தப் பத்து வருடங்களாக, காயத்ரி தன் கணவன் ராமமூர்த்தியிடம் தனக்காக எதையுமே ஆசைப்பட்டுக் கேட்டதில்லை.

பெரிய கூட்டுக் குடும்பம், நான்கு மைத்துனர்கள்.

அன்று பொங்கல் பண்டிகை. வீட்டுக்கு வந்த மருமகள்கள் எல்லோரும் வங்கிப் பெட்டகத்திலிருந்து தத்தம் நகைகளை எடுத்துக்கொண்டு வந்தனர்.

காயத்ரியின் நகைகளுக்குத் தனியாக எந்தப் பெட்டகத்துக்கும் அவசியம் இருந்ததில்லை. எப்போதும் அணிந்து கொள்வதைத் தவிர, மெல்லிய ஒரு தங்கச் சங்கிலியும் தேய்ந்த போன ஒரு ஜோடி வளையலும் புடைவைகளுக்கு அடியில் பீரோவில் இருந்தன.

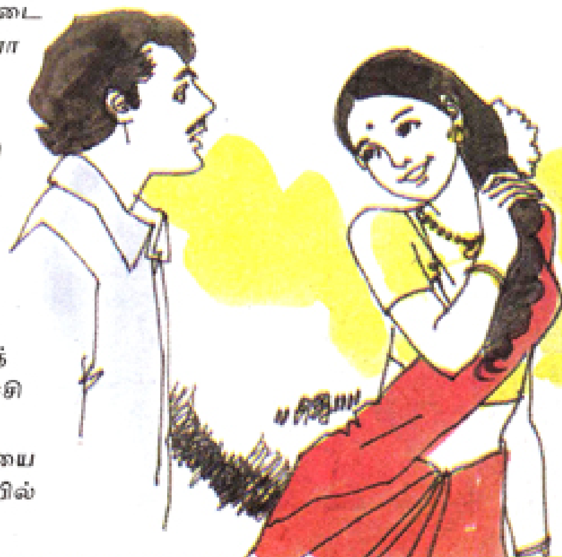
அன்றிரவு ராமமூர்த்தி காயத்ரியை உற்றுப் பார்த்துவிட்டுச் சொன்னான். ''இன்று பூஜையின்போது உன்னைப் பார்த்தேன், காயத்ரி. அம்பாளே எதிரில் வந்து நிற்பது போல இருந்தது'' என்றான் நெகிழ்ச்சியுடன்.

காயத்ரி அவன் புகழ்ச்சியை ரசிக்கும் மனோநிலையில் இல்லை.

''காதுகளில் தேசலாகத் தங்கத் தோட்டை மட்டும் போட்டுக் கொண்டிருக்கும் வித்தியாசமான அம்மனாகத் தெரிந்திருப்பேன்'' என்றாள்.

ஆமாம். அது உண்மைதான். வீட்டில் அவளைத் தவிர மாமியார், நாத்திமார்கள், ஓரகத்திகள் எல்லோர் காதுகளிலும் வைரங்கள் மின்னின.

ராமமூர்த்தி அதற்கு மேல் ஒன்றும் பேசவில்லை. ஆனால் மனத்துக்குள் ஓர் உறுதி பிறந்தது. எப்படியாவது காயத்ரிக்கு வைரக் கம்மல் வாங்கிப் போட்டு



சிறுகதை

ஆண்டு மலர்



விட வேண்டும்.

அவன் பணம் சேமிக்க ஆரம்பித்தான்.

மாலை நேரங்களில் ஒரு பகுதி நேர வேலையைத் தேடிக்கொண்டான். சனி, ஞாயிறு தினங்களின் நண்பர் ஒருவர் வியாபாரத்துக்குத் துணையாக இருந்தான்.

வைரக் கடைகளில் கம்மல் விலை விசாரித்தான். கிட்டத்தட்ட அரை லட்சம் தேவைப்படும் எனத் தெரிந்தது.

அடுத்த வருஷம். பொங்கல் பண்டிகை நெருங்கியது. கையில் கணிசமாகத் தொகை சேர்ந்திருந்தது. ஏலச்சீட்டில் பணம் புரட்ட முடிந்தது. வைரக் கம்மலோடு வைர மூக்குத்தியும் வாங்க முடிவு செய்தான்.

''காயத்ரி... நாளைக்கு நகை கடைக்குப் போகலாம். உனக்கு வைரக் கம்மல், மூக்குத்தி பார்த்து வைச்சுருக்கேன்!'' என்றான் உவகை பொங்க.

''எனக்கா! எதற்கு இப்போது திடீர்னு?''

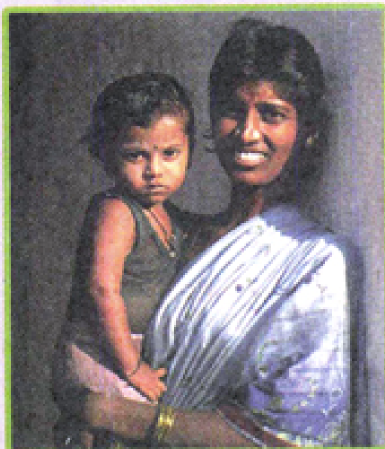
''முந்தைய வருஷம் அவள் சொன்னதை நினைவூட்டினான்.

''அதுவா! ஏதோ ஒரு அசதியில் ஆயாசத்தில் என்னை மறந்து சொல்லிட்டேன். அதுக்காக...''

''எப்படிச் சொன்னியோ? அது உண்மைதானே...''

''வேண்டாம். மற்றவர்களைப் பார்த்து நாமும் அவற்றை வாங்க ஆரம்பிச்சால் அதற்கு ஒரு எல்லையே இருக்காது. அப்புறம் இயலாத சமயங்களில் கோபம்தான் வரும். வெறுப்பு வளரும். உங்களுக்கும் வயது நாற்பது ஆகப் போகுது. பழைய வண்டியை வித்துட்டு புதிதாக ஒரு 'பைக்' வாங்கிக்குங்க. மிச்சம் இருந்தால் சேமிப்பில் போடுங்க. இருந்தாலும் நீங்க எடுத்துக்கொண்ட அக்கறை எனக்கு சந்தோஷம்தான்!'' எனப் புன்னகைத்தாள்..

தோடுகளில் குறைந்தது பதினான்கு வைரங்கள்தான் மின்னும். அவள் புன்னகையில் மலர்ந்தன பல கோடி வைர மொட்டுகள்!



தர்மசங்கடம்!

குழந்தையைத்
தூக்கிக் கொண்டிருந்தாலோ
கை வலிக்கிறது.
இறக்கி விட்டாலோ,
இதயம் வலிக்கிறது.

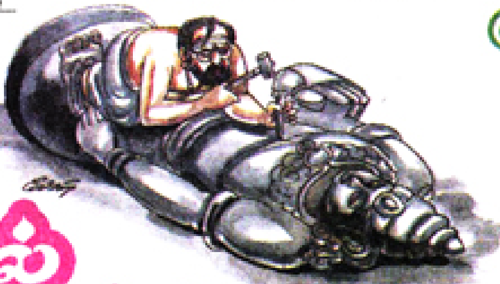
– பொலீவியப் பழமொழி

– கல்யாணி பாலு,
திருநெல்வேலி



தமிழருவி மணியன் அழகாக எடுத்துரைத்த 'அட, ஆமாம்!' என்று வியக்க வைத்த செய்தியை எழுதியுள்ளேன்.

''கலைகள் பல உள்ளன. அவற்றில் சிற்பக் கலை தனித் தன்மை வாய்ந்தது. உதாரணமாக வார்த்தைகளைக் கூட்டிக் கொண்டே போவது பேச்சுக் கலை. ஸ்வரங்களைக் கூட்டிக் கொண்டே செல்வது சங்கீதக் கலை. வண்ணங்களைக் கூட்டிக்கொண்டே செல்வது ஓவியக் கலை. எதையும் கூட்டாமல், குறைத்துக்கொண்டே இருப்பதிலிருந்து குறைத்துக்கொண்டே செல்வது தான் சிற்பக் கலை.



கருங்கல் கடவுள் ஏன்?

கோயிலின் கர்ப்பக்கிரகத்தில் வைத்துள்ளவை அனைத்துமே கற்சிலைகள்தான். அதாவது கல்லினால் செய்யப்பட்ட கடவுளின் சிலைகள்தான். காரணம் என்ன தெரியுமா? கல்லிலிருந்து வேண்டாததைக் குறைத்துக் கொண்டே செல்லும்போது கடவுளின் சிலையைக் கண்டெடுக்கின்றோம்.

மனிதன் தன்னிடமுள்ள ஆணவம், கன்மம், மாயை ஆகியவற்றைக் குறைத்தால், கடவுளையே கொண்டு வரலாம், மனிதனில்' என்ற உட் கருத்தை உள்ளடக்கி தான் கர்ப்பக் கிரகத்தில் கடவுளின் கற்சிலைகள் வைக்கப்பட்டுள்ளன.''

ஹ்யூமர் கிளப் கூட்டத்தில் கேட்டவர்:

நிஷாஜி, ஆதம்பாக்கம்

சமீபத்தில் நிகடி (பூனா) குருவாயூரப்பர் கோயிலுக்குச் சென்று திரும்பும்போது பள்ளிக் கூடம் செல்லும் ஒரு வேனைப் பார்த்தேன். அதில் சிறுமியின் வண்ணப் படமும் அவள் சொல்வதாக ஒரு கருத்தையும் எழுதியிருந்தார்கள்.

'I tell my father to switch off the mobile while driving.'



ஆஹா! இதை எல்லா அப்பாக்களும் கடைப்பிடித்தால் விபத்துக்களைத் தடுக்கலாம் இல்லையா?

– கீதா கோபாலகிருஷ்ணன், புனே

2 ஆண்டு மலர்

அஞ்சும்

ஜன்னலைத் திறந்தபோது, சற்றுத் தொலைவில் மூர்த்தியும் சாருவும் நடந்து வருவது தெரிந்தது. வெள்ளைச் சட்டையும், வெள்ளை நிக்கரும் போதாமல் போய்விட்டது போல், சாருவின் உடம்பைக் கவ்விப் பிடித்திருந்தன. வெளேரென்ற உடம்பும், மூங்கிலில் விளைந்தாற் போன்ற நெகுநெகுவென்ற வளர்த்தியும்... யாருடைய கண்ணாவது படப் போகிறதே என்றிருந்தது ஜானகிக்கு. டென்னிஸ் விளையாடிய பின் உடை மாற்றிக்கொண்டு வரும்படி, எத்தனையோ தடவை சொல்லியாயிற்று.

''அம்மா, ஒரே பசி. ஐ'ம் கோயிங் டு ஆர்டர் பீட்ஸா'' சொல்லிக்கொண்டே வந்தவளை இடைமறித்தாள் ஜானகி. ''சாரு, பீன்ஸ்கறியும், மோர்க்குழம்பும் பண்ணி இருக்கேன். சீக்கிரம் குளிச்சிட்டு வா. சுடச்சுடச் சாப்பிடலாம்.''

''ஓ! நோம்மா! இன்னிக்கு பீட்ஸா சாப்பிடணும்போல இருக்கு!''

அநேக விஷயங்களில் சாரு இப்படித்தான். துடிப்பும், துள்ளலும் கொப்பளித்துக் கொண்டிருக்கும். ''என்னம்மா?'' என்று தப்பித் தவறிக்கூட மூர்த்தி பெண்ணைக்



கேட்டுவிட மாட்டார். அத்தனை அருமை! சாரு ஏதேனும் முதல்நாள் கேட்டுவிட்டால், மறுநாளே அது அவள் கைக்கு வந்துவிடும்.

''அப்பா, சொல்ல மறந்துட்டேனே! எங்க காலேஜ்ல எல்லோரும் எக்ஸ்கர்ஷன் போக ப்ளான் பண்ணி இருக்கோம். இன் ஃபாக்ட், இந்தப் பிளானைச் சொன்னதே நான்தான். எங்க போறோம்னு தெரியுமா? டெல்லி, ஹரித்வார், முசௌரி என்று கம்ப்ளீட்டா நார்த் இந்தியா பக்கம்... சும்மா பத்தே நாள் தான்!''

சாரு பேசிக்கொண்டே போக, ஜானகிக்குப் பொறுக்கவில்லை. ''தோ பாரு சாரு! அதெல்லாம் எதுவும் வேண்டாம். காலம் இருக்கும் இருப்பில், அவ்வளவு தூரம் உன்னை

மினி தொடர்

மூணும் எட்டு!



பானு ரவி

அனுப்பிட்டு நான் கவலைப்பட்டுக் கொண்டிருக்க முடியாது. எங்க பார்த்தாலும் ஸ்டிரைக்கும், டெரரிஸ்ட் பயமும்...''

''நிறுத்தும்மா... நீ ஏதாவது ஏடாகூடமா கற்பனை பண்ணிண்டு என்னோட மூடைக் கெடுக்காதே. அப்பா, ஐம் கோயிங்... ஓகே?''

''தட்ஸ் ஃபைன் சாரும்மா. ஆனா, ஜாக்கிரதையா இருக்கணும். பணம் எவ்வளவு தேவைப்படும்னு சொல்லு...'' சொல்லியபடியே மூர்த்தி எழுந்து கொண்டார்.

ஒருவழியாகத் தேர்வு முடிந்தது. இஷ்டம் போல் தொலைக்காட்சி பார்த்து, செல்ஃபோனில் அரட்டை அடித்து, நேரம் காலமில்லாமல் ஊர் சுற்றி, ஜிம்முக்குப் போய்

வந்து... நாட்கள் சென்று கொண்டிருந்தன.

சாவகாசமாய் எழுந்து வந்த சாருவிடம் ப்ரெட் டோஸ்டைக் கொடுத்தபடியே, மெள்ள ஆரம்பித்தாள் ஜானகி.

''சாரும்மா! நான் இப்படி ஓடிண்டே இருக்கே. சரோஜா டீச்சர்கிட்ட உன்னோட விட்டுப்போன பாட்டு க்ளாசை ஆரம்பி. அப்படியே கிருஷ்ணன் சாரிடமும் வயலின் கிளாஸ் பத்திப் பேசு...''

''உஸ்... உடனே ஆரம்பிச்சிட்டியா? நான் அதெல்லாம் எதுவும் செய்யப் போற தில்ல... கார் டிரைவிங் கத்துக்கப் போறேன்... அதோட ஃபிரெஞ்ச் கத்துக்கப் போறேன்...''

ஜானகியின் கோபம் தலைக்கேறியது.

''சாரு, டிரைவிங்கும் ஃபிரெஞ்சும் கத்துக்கிட்டா, தட்டுல சாதம் வந்துடுமா? நாம பெரிய ராயல் ஃபேமிலியா என்ன? மனசுல நீ என்னதான் நினைச்சுண்டிருக் கியோ...?''

''அய்யோ... ப்ளீஸ் அம்மா... கத்தாதே. பாட்டும் வயலினும் ஏழு வருஷம் கத்துண் டாச்சு. அதனால டயம் கிடைக்கிறச்சே சும்மா பிராக்டீஸ் பண்ணினாப் போதும்... என்னை என் வழியிலே போகவிடும்மா... சும்மா போரடிக்காதே...'' பாப் தலையைச் சிலுப்பிக் கொண்டு விருட்டென்று கிளம் பினாள் சாரு. மூர்த்தியிடம் சொல்லி சொன்ன நிமிசில், ஃபிரெஞ்சும், கார் டிரை விங்கும் கற்றுக் கொள்ளச் சென்றுவந்தாள். சரியாக எட்டே வாரங்களில் கையில் லைசென்ஸோடு வந்தபோது, ஜானகி வாய டைத்துத்தான் போனாள்!

நல்ல பெண், நல்ல அப்பா... இப்படி எல்லாம் தன்னால் இருக்க முடிந்ததா? அப்பா அம்மா கிழித்த கோட்டைத் தாண் டாமல், எப்படி வளர்ந்தேன்! அப்படி இருந் ததால் என்ன கெட்டுப் போயிற்று?

கல்லூரி முடிந்த கையோடு, அப்பா திருமண ஏற்பாடுகளைச் செய்ய ஆரம்பித்த போது, கொஞ்ச நாட்களுக்கு வேலை பார்க்க வேண்டும் என்ற ஜானகியின் ஆசை அப்படியே அடங்கிப் போனது. அவ்வளவு ஏன்? அவளை ஒரு வார்த்தைகூடக் கேட்கா மல், 'நல்ல வரன்... விட்டால் கிடைப்பது கஷ்டம்' என்ற ரீதியில் திரும்பத் திரும்பப் பேசி, கல்யாணத்தையே முடித்துவிட்டார்கள்!

தன் அளவுக்கு அப்படி அடங்கிப் போகாமல், ஓரளவுக்குச் சுதந்திரம் கொடுத் துத் தன்னோட பெண்ணை வளர்க்கணும் என்று சாருவைச் சுதந்திரமாக வளர்த் தவளே ஜானகிதான்! இப்போ என்னடா வென்றால், சாருவின் போக்கும் குணமும் அவளை நிரம்பவே பயமுறுத்தின.

காதைப் பொத்திக்கொண்டாள் ஜானகி. சாருவின் அறையிலிருந்து மரியாகேரியின் பாப் மியூசிக் அலறியது. அவளது தோழி கள் வேறு வந்திருந்தபடியால் உரத்த சிரிப் பும், பாட்டும், கும்மாளமுமாக இருந்தது.



குடும்ப அட்டையில் பெயர் கொடுக் கும்பொழுது சான்றிதழில் உள்ள பெயரையே கொடுக்கவும். வீட்டில் கூப்பிடும் பெயரை தவறுதலாகக் கொடுத்துவிட்டால் சான்றிதழ் சரி பாக்கும்பொழுது பிரச்னை ஏற்படுவதை தவிர்க்கலாம். உதாரணமாக பாஸ்போர்ட் வாங்கும்பொழுது, அரசுத்துறையில் உதவி பெறும் சமயம் என பலவிதத்தில் பிரச்னை உருவாகும். தாசில்தார், கலெக்டர் அலுவல கம் என்று அலைய நேரிடும்.

– கே. ஜெயா, சென்னை – 61

''ஆன்ட்டி... கொஞ்சம் தண்ணீர் தர முடியுமா...?'' என்றபடி வந்த பெண்ணின் தோள் பட்டையில் தேளும் பாம்புமாக டாட்டூ இருந்தது.

'அப்பாடி... என்ன பொண்ணுகளோ? எல்லாம் பிசாசுகள்!''

சாருவின் தோழிகள் எல்லாம் ஒவ்வொன்றும் ஒரு ரகம். அதுவும் கட்டிய பசுபோல இருந்த மீரா, கொஞ்ச நாட்களுக்குமுன் அவர்களோடு படித்த ஆல்பர்ட்டைத் திருமணம் செய்துகொண்டபோது, ஆடிப்போய் விட்டாள் ஜானகி. 'அம்மா! ஒரு பெண்ணும் ஆணும் ஒருத்தரை ஒருத்தர் விரும்பிக் கல்யாணம் பண்ணிக்கிறது அவ்வளவு பெரிய விஷயமா என்ன? லவ் ஈஸ் சம்திங் கிரேட் அண்ட் பியாண்ட் எவ்ரிதிங்...' சாரு பேசிக்கொண்டே போனபோது, ஜானகியின் வயிற்றில் புளியைக் கரைத்தது.

அன்றிலிருந்து சாருவின் மீது தனியாகக் கண் பதித்துப் பரிசோதனை செய்தாள். சாரு யாரோடெல்லாம் பழகுகிறாள், பேசுகிறாள் என்றெல்லாம் ரகசியமாக ஸர்வே எடுத்தாள். அவ்வப்போது மூர்த்தியிடம் ஏதாவது சொல்லப்போனால், அவர் ரௌத்ர மூர்த்தி ஆகிவிடுவார்...

டெலிஃபோன் அடிக்கவே விரைந்து எடுத்தாள் ஜானகி. மூர்த்திதான்,

''ஜானா! உன்கிட்ட என் ஃபிரெண்ட் கோவர்த்தன் பத்திச் சொல்லி இருக்கேன் இல்லையா? அவன் குடும்பத்தோட இங்கே ஒரு கல்யாணத்துக்கு வந்திருக்கானாம். இன்னிக்கு டின்னருக்கு இன்வைட் பண்ணி இருக்கேன். கிட்டத்தட்ட பத்து வருஷங்களுக்குப் பிறகு பார்க்கப் போறதால ரொம்பவும் எக்ஸைட்டாயிட்டான்...''

''சரி'' என்றவள் மளமளவென்று சமையலில் இறங்கினாள். ரவா இட்லி க்ரீன்பீஸ் புலாவ், பூந்தி ராய்தா, சேமியா, பகளாபாத்... அத்துடன் ஸ்டார்ட்டருக்கு உருளை



போண்டாவும், அவல் கேசரியும்...கூடவே புதினா சட்னியும் பைனாப்பிளையும், தர்ப்பூசணியையும் 'டைஸ்' மாதிரி அழகாக வெட்டி ஃபிரிட்ஜில் வைத்தாள். எலுமிச்சை நன்னாரி சேர்த்து குளிர்பானமும் தயார் செய்துவிட்டு, ஜானகி ரெடியான போது, சொல்லி வைத்தாற்போல் அனைவரும் வந்துவிட்டார்கள். பெண்ணாக லட்சணமாக, சாருவும் ஒரு சல்வாரில் வந்து எல்லோரையும் வரவேற்றாள்.

கோவர்த்தனும், அவர் மனைவி ராதாவும் மிகவும் சிலாகித்துச் சாப்பிட்டார்கள். 'வெரி நைஸ் வெரி நைஸ்' என்று அவர்கள் பிள்ளை சம்பத் கேட்டுக் கேட்டு வாங்கிச் சாப்பிட்டபோது, ஜானகியின் மனது சந்தோஷத்தில் நிரம்பியது. அவர்களின் எளிமையும், பழகுவதில் தென்பட்ட இனிமையும் அவர்களின் தரத்தைச் சொல்லாமல் சொல்லின.

''மூர்த்தி... இப்படிச் செய்தால் என்ன...? உன்னோட பெண் சாருவை சம்பத்துக்குப் பேசி முடித்துவிட்டால்...?''

(அடுத்த இதழில் முடியும்)

* நைமக்கிரீவம்

ரூ.250/- பரிசு பெறும் ரெஸிபிகள்!

குக்கரி

ஸ்வீட் சோமாஸ்

தேவையான பொருட்கள்:

கடலைப் பருப்பு - 1 ஆழாக்கு

சுத்தம் செய்த நாட்டுச் சர்க்கரை (அ) துருவிய வெல்லம் - 2 ஆழாக்கு

துருவிய தேங்காய் - 1 மூடி

ஏலக்காய் - 5

மைதா மாவு - 1 கப்

உப்பு - சிறிதளவு

எண்ணெய் - சிறிது

செய்முறை :

வெறும் வாணலியில் கடலைப் பருப்பை நன்கு சிவக்க வறுக்கவும். துருவிய தேங்காயையும் தனியாக சிவக்க வறுக்கவும். வறுத்த கடலைப் பருப்பை மிக்ஸியிலிட்டு நன்கு பொடித்துக் கொள்ளவும். பின் அதனுடன் வறுத்த தேங்காய், நாட்டுச் சர்க்கரை போட்டு ஒரு சுற்று விடவும். ஏலக்காயைப் பொடி செய்து அதனுடன் கலக்கவும். ஸ்வீட் கலவை தயார்!



ஒரு கப் மைதாவை ஒரு அகலமான பேஸினில் இடவும். அதில் சிறிது உப்பு, தண்ணீர், சிறிதளவு எண்ணெய் சேர்த்து, கெட்டியாகப் பிசைந்து கொள்ளவும். சிறிது நேரம் ஊறியவுடன் மாவை சிறு சிறு உருண்டைகளாக்கி சப்பாத்தி கல்லில் சிறு பூரி போல் மென்மையாகத் தேய்க்கவும். சோமாஸ் கட்டருக்குள்

குக்கரி க்வீன் போட்டிக்கு வந்து குவிந்த சமையல் குறிப்புகளைப் பொறுமையாக அலசி, சிறந்தவற்றைத் தேர்ந்தெடுத்துத் தந்த கீதா கோகுலபாலனுக்கு நன்றி!

இந்தச் சிறு பூரியை வைத்து, அதனுள் ஸ்வீட் கலவையை ஸ்பூனால் நிரப்பி எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும். சுவையான 'இனிப்பு சோமாஸ்' தயார்.

சாதாரணமாக கசகசா, பொட்டுக் கடலை, துருவிய தேங்காய், சீனி (அ) சர்க்கரைப்பொடி சேர்த்த பூரணம் கொண்ட சோமாஸைத் தயாரிப்போம். இது வித்தியாசமான சுவை கொண்ட ஸ்வீட் சோமாஸ்! ட்ரை பண்ணிப் பாருங்க!

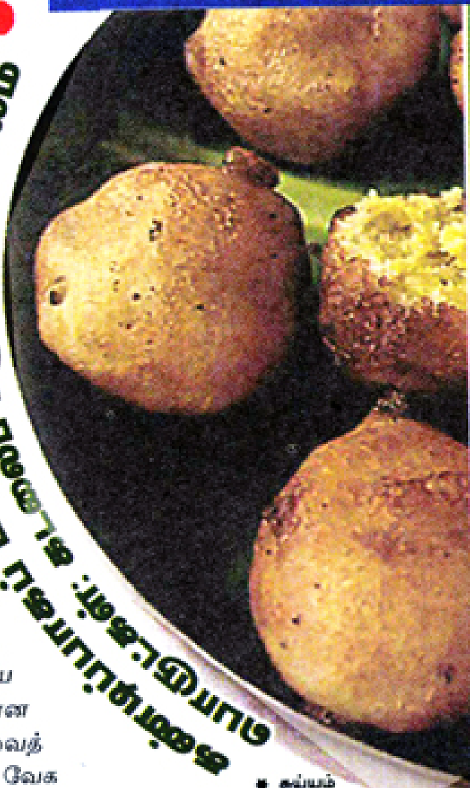
- சீதா நாகராஜன், இராணிப்பேட்டை

வைத்த கடலைப் பருப்பு, நெய்யில் வறுத்த முந்திரிப் பருப்பு, வறுத்த கசகசா, ஏலக்காய் பொடி சேர்த்துச் சுருளக் கிளறவும். தாராளமாக நெய் ஊற்றி இறக்கி உபயோகிக்கவும். மிகவும் எளிதாக செய்யக்கூடிய சிற்றுண்டி. மிகவும் சுவையாக இருக்கும். இதை



குவீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி முடிவுகள்!



ஹயக்கிரீவம்

தேவையான சாமான்கள்:

கடலைப்பருப்பு - 2 தம்ளர்
தேங்காய்த் துருவல் - 1 மூடி
வெல்லம் - 1 தம்ளர்
கசகசா - 1 டீஸ்பூன்
ஏலக்காய் - 10
முந்திரிப் பருப்பு - 10
நெய் - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை:-

கடலைப் பருப்பை குக்கரில் மூன்று விசில் வரும் வரை குழைய வேக விடவும். நீரை வடிகட்டி வைக்கவும். வெல்லத்தைச் சுத்தம் செய்து, பூவாகத் துருவிய தேங்காயைச் சேர்த்து ஒரு கனமான பாத்திரத்தில் போட்டு அடுப்பில் வைத்துக் கிளறவும். பூரணம் தயாரானதும் வேக

சிறுவர்கள் முதல் பெரியவர்கள் வரை மிகவும் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள். தேங்காய்த் துருவலுக்குப் பதில், கொப்பரைத் துருவலையும் சேர்க்கலாம்.

– ஜி. சாரதா கணேசன், கோயமுத்தூர்



* ஸ்வீட் சோமாஸ்

ஸ்வீட் கீ தோசை

தேவையான பொருட்கள்:

புழுங்கலரிசி - 2 கப்
பச்சரிசி - 1 கப்
உளுத்தம் பருப்பு - ¼ கப்
கடலைப் பருப்பு - ¼ கப்
துருவிய வெல்லம் - 1½ கப்
ஏலக்காய் - 4
முந்திரி - 10
நெய் - தேவையான அளவு

செய்முறை:

புழுங்கலரிசி, பச்சரிசி, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு ஆகியவற்றை 2 மணி நேரம் ஊறவைத்து வெல்லத்தையும் சேர்த்து கிரைண்டரில் இடவும். தோசை மாவுப் பதத்தில் அரைத்து, வழித்ததும் ஏலக்காய்த் தூள் சேர்த்துக் கலக்கவும். முந்திரியை நெய்யில் வறுத்து வைத்துக் கொள்ளவும். அடுப்பில் தோசைக் கல்லை வைத்துச் சூடானதும், சிறிது நெய் விட்டு இந்த மாவைத் தோசை போல் ஊற்றவும். மேலே முந்திரி துண்டுகளைத் தூவவும். தோசையை மூடி வைத்து இரண்டு பக்கமும் சுட்டு எடுக்கவும். மிகவும் ருசியாக இருக்கும். இது, குழந்தைகளுக்கான ஃபேவரிட் சிற்றுண்டி!

– வி. மீனாக்ஷி வெங்கடேஷ், திருப்பூர்

முறுக்கு, தட்டை முதலியவற்றுக்கு பச்சரிசியை நன்கு கழுவி அரைமணி நேரம் ஊற வையுங்கள். பின்பு துணியில் அரிசியை நிழல் உலர்த்தலாக உலர்த்தி, கையில் அரிசி ஒட்டாத பதம் இருக்கும்போது எடுத்து மிஷினில் மாவாக அரைக்கவும். உடனேயே மாவை வாணலியில் சூடு வரும்வரை [கை பொறுக்கும் சூடு வரை] வறுத்து வைத்துக்கொண்டு பலகாரம் செய்ய, நன்கு கரகரவென இருக்கும். மற்ற சாமான்கள் எப்போதும் போல போடலாம். வெண்ணெய் மட்டும் கொஞ்சம் குறைவாகப் போட்டால் போதும்.

– எஸ். ஜெயஸ்ரீ சங்கரன், சென்னை – 42

மதுரா

தேவையான பொருள்:

கடலைப் பருப்பு - 200 கிராம்

பால் பவுடர் - 100 கிராம்

வெல்லம் - 100 கிராம்

கோகோ பவுடர் - ½ ஸ்பூன்

ஏலக்காய் - 4

பிஸ்தா பாதாம் - 8

செய்யும் முறை:

கடலைப் பருப்பை வறுத்து, வேக வைக்கவும். வெந்த கடலையை வடிகட்டி தண்ணீர் விடாமல், மிக்ஸியில் பொடி செய்து கொள்ளவும். வெல்லத்தை நன்கு பொடிப்பொடியாக நறுக்கி, கடலைப் பருப்பு, பால் பவுடர், வெல்லம் எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகச் சேர்த்து, ரொட்டிக்குப் பிசைவது போல் பிசையவும். தண்ணீர் விட வேண்டாம். வெல்லமே இளகி விடும். பிறகு பிசைந்து வைத்த கலவையை நமக்குப் பிடித்த வடிவில் செய்யவும். பிஸ்தாவைச் சின்னச் சின்னதாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். நாம் ரெடியாக வைத்திருக்கும் பேடா மேல் கொஞ்சம் பிஸ்தா, பொடித்த ஏலக்காய் எடுத்து அதன் மேல் தூவாமல், அழுத்தி வைக்கவும். இப்போது மதுரா பேடா ரெடி!

- சீதா ராமன், கொல்கத்தா

பருப்பு வெல்லச் சுய்யம்

தேவையான பொருட்கள்:-

கடலைப் பருப்பு - 2 கப்

வெல்லம் - 1 கப்

உளுந்து - 2 கப்

தேங்காய்த் துருவல் - 2 கரண்டி

கிராம்புத் தூள், ஏலக்காய், சுக்குத் தூள் - தலா ஒரு சிட்டிகை

வறுத்த பொட்டுக் கடலை - 1 கரண்டி

பொடித்த வேர்க்கடலை - 1 கரண்டி,

உப்பு - சிறிது

எண்ணெய் பொரிக்கத் தேவையான அளவு.

செய்முறை:

கடலைப் பருப்பை குக்கரில் இட்டு, மூன்று விசில் வரும்வரை குழைய வேக வைக்கவும். பிறகு கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். வெல்லத்தைப் பாகு காய்ச்சவும். உளுந்தை நீரில் ஊற வைத்து நீரை வடித்து நைசாக கெட்டியாக ஆட்டி வைத்து, உப்பு போட்டுக் கலந்து வைக்கவும். வெல்லப்பாகில் ஆட்டிய உளுந்து, எண்ணெய் இவை இரண்டையும் தவிர்த்து விட்டு மற்ற அனைத்துப் பொருட்களையும் போட்டு நன்றாகக் கிளறவும்.

சுருண்டு கெட்டிப்பட்ட பதம் வந்ததும் இறக்கி விடவும். சூடு ஆறியவுடன் சிறு சிறு அளவான உருண்டைகளாகப் பிடித்து வைக்கவும். அடி கனமான வாணலியில் எண்ணெய் ஊற்றிக் காயவிடவும். பிடித்து வைத்துள்ள உருண்டைகளை உளுந்து மாவில் முக்கி எடுத்து சூடான எண்ணெயில் போட்டு பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுக்கவும். சுவையும் சத்தும் கொண்ட இந்தச் சுய்யம் பாரம்பரியமிக்க பலகாரம்.

- சி.எஸ்.விஜயலட்சுமி, சென்னை





வன்மத்தை வளர்க்காதீங்க!

2 ஆண்டு மலர்

புது வருடம் பிறந்துவிட்டது. பழைய பேப்பர்கள், குப்பைகள், காலாவதியாகிவிட்ட பொருட்கள் என வேண்டாதனவற்றையெல்லாம் வீட்டிலிருந்து அகற்றியதுபோல, பழைய வன்மங்களையும் மனத்திலிருந்து தூக்கி எறிந்துவிட்டு, பலநாள் பட்ட வலிகளையும் வேதனைகளையும் மறந்து விடலாமே!

வன்மம் என்பது என்ன?

கொதிக்கும் தோசைக்கல்லை வெறும் கையில் பிடித்துக்கொண்டிருப்பது போன்ற கொடுமைதான் வன்மம். அதைக் கொடுத்தவரைவிட வாங்கியவருக்குத்தான் மிகுந்த கஷ்டத்தைத் தரும். சாகும்வரை ஒரு குளவியால் கொட்டப்பட்டுக் கொண்டே இருப்பது போன்ற தீராத வலி.

தணியாத கோபம்தான் புரையோடிய வன்மமாக வளர்கிறது. நம்பிக்கைத் துரோகம், அவமானம், ஏமாற்றப் படுதல், சிறுமைப்படுத்தப்படுதல், பொய் முதலியவற்றால் விளையும் வன்மம் தன்னை வளர்த்தவரையே இரையாக்கி விடும்.

வன்மம் பாராட்டும்போது நமது ஆரோக்யம் கெடுகிறது. மன அழுத்தம், ரத்தக் கொதிப்பு, தசை இறுக்கம் என்று டென்ஷன் பல வியாதிகளைக் கொண்டு வருகிறது. ஒவ்வொரு முறையும் அந்த விரும்பத்தகாத சம்பவத்தை எண்ணும்போது நம் உடலில் எதிர்ப்பு சக்தி கெமிகல்கள் சுரக்கின்றன. தலைவலி, முதுகு வலி, தலை சுற்றல் என்று பலவிதமாக அது வெளிப்படுகிறது.

உதாரணமாக:

தன் அபார்ட்மெண்ட் காம்ப்ளெக்ஸில்



புதிதாகக் குடி வந்த குடும்பத்தின் பெண் மணிக்கும் அவள் பெண் குழந்தைக்கும், ஒரு அறிமுக பார்ட்டி கொடுத்தாள் காஞ் சனா. அதற்கு வித்யாவுக்கு அழைப் பில்லை. காஞ்சனாவின் பெண்ணுக்கும் வித்யாவின் பெண்ணுக்கும் ஏதோ சிறு மனஸ்தாபம்; அதனால்தான் அழைப்பு வரவில்லை என்று அறிந்து குமைந்தாள் வித்யா. அடுத்த வாரமே குழந்தைகள் கூடிக்கொண்டனர். அம்மாக்களுக்குள் இன் னும் வருத்தம் தீரவில்லை.

அதிதியின் மாமியார் அவள் வைத்த மோர்க் குழம்பைப் பற்றி உறவினர் மத்தி யில் தமாஷாகக் குறிப்பிட்டார். அதிதி மனத்தில் வன்மம் இன்னும் புகை கிறது.

ஈஸ்வரனின் ப்ரமோஷன் வாய்ப்பை அவர் முதுகில் குத்திவிட்டு தட்டிப் பறித் துக்கொண்டார் சக ஊழியர் உலகநாதன். ஈஸ்வரனின் உள்ளம் குமைகிறது...

ஊர்மிளாவும் அவள் கணவன் எதி ராஜும் ரியல் எஸ்டேட் கம்பெனி நடத்து கிறார்கள். எதிராஜின் ஒன்றுவிட்ட சகோதரி சாதனாவுக்குப் பல வீடுகளை உற்சாகமாகத் தொடர்ந்து காட்டி வந்தாள் ஊர்மிளா. ஊஹூம், ஒன்றும் பிடிக்கவில்லை சாதனா வுக்கு. ஆனால், ஊர்மிளா ஒரு கல்யாணத் துக்காக ஒரு வாரம் வெளியூர் போயிருந்த சமயம் போட்டிக் கம்பெனி மூலம் நங்க நல்லூரில் ஒரு வீட்டை முடித்துவிட்டாள் சாதனா. 'இத்தனைக்கும் நங்கநல்லூர், மடிப்பாக்கம் ஏரியாக் களில் அவள் அக்கறை காட்டியதே இல்லை' என்று கொதித்துப் போனாள் ஊர்மிளா. ஆனால், சாத னாவுக்கு இது ஒரு பெரிய விஷயமாகவே தெரியவில்லை. இருந்தும் மன்னிப்புக் கேட் டாள். இப்போதெல்லாம் குடும்ப விழாக்களில் சாதனாவும் ஊர் மிளாவும் இருந்தாலே ஒரு தர்ம சங்கடம் நிலவுகிறது.

சில சமயம் நாம் நம் மனக் கசப்பை அடுத்தவரிடம் சொல்லாவிட்டாலும், நம்மை வதைக்கும் கோபம் நம் நடவடிக் கைகளில் வெளிப்பட்டே தீரும். வன்மம் இரு தரப்பினருக்குமே சேதம் உண்டாக்கும். இருவருக்கு மிடையில் ஒரு மானசிக வேலி எழுந்து விடும். மேலும் இயல் பான சந்தோஷத்தையும் திருப்தி யையும் கெடுத்து விடும்.

வாழ்க்கைப் பயணத்தில் வன்மம் வைப்பது என்பது பழைய விரும்பத்தகாத சம் பவத்தைவிட்டு வர மறுப் பது போலாகும். சில சமயம் ஃப்ளாஷ்பேக், ரிமைண்டர், நினைவுகள் என்று வரும்தான். பிறர் பேசியதோ, செய்ததோ நினைவில்லாவிட்டாலும் நாம் எப்படி உணர்ந்தோம் என்பது நன்றாக நினைவில் நிற்கும். நம் பக்கம் எவ்வளவு நியாயம்? நாம் எத்தனை சரியானவர் என்பதை



சிந்திக்க...சிறக்க...

விட, நாம் உணர்வுகளை வைத்து மறுகி வலியைத் தீராத வேதனையாக்கிக் கொள்கிறோம்.

வஞ்சம் தீர்ப்பது, வன்மம் பாராட்டுவது, - என்ன வேற்றுமை?

உங்கள் அண்டை வீட்டுக்காரர், 'உன் மண்வெட்டியைத் தர்றியா?' என்று கேட்டால்,

'போன வாரம் நான் உன் கடப்பாரையைக் கேட்டேன். நீ தரலையே! நானும் இன்றைக்கு மண்வெட்டியைத் தர மாட்டேன்' - இது வஞ்சம் தீர்ப்பது.

'நீ போன வாரம் கடப்பாரை தரலை. ஆனால், நான் உன்போல் இல்லை. இந்தா மண்வெட்டி' - இது வன்மம் பாராட்டுவது.

எப்படித்தான் வன்மத்தை விட்டொழிப்பது?

சிலசமயம் எதனால் வன்மம் வந்தது என்று சரியாகப் புரியாது. அந்தமாதிரி சமயங்களில் அடுத்த தரப்பினரையே கேட்கலாம்.

இந்திராகாந்தி சொன்னார்: 'இரு மூடிய கைகளால் கை குலுக்க முடியாது' என்று. அதேபோல இருவரும் முறுக்கிக் கொள்ளாமல் பொதுவான நண்பர் அல்லது உறவினர் ஒருவரின் உதவியை நாடலாம். சம்பவத்தை நடுநிலைமையோடு - நம் கைச்சரக்கு, எண்ணங்கள், வர்ணனைகள் இல்லாமல் - சொல்லி அதோடு அடுத்தவரின் நல்ல குணங்கள் சிலவற்றையும் பேச்சோடு பேச்சாகக் குறிப்பிட்டு வைத்தால், அவர் கட்டாயம் அங்கு போய் நாம் சொன்னதைக் கூறி நல்ல முடிவு கிடைக்க உதவலாம்.

அடுத்த தரப்பினரை நேரில் சந்தித்துப் பேசலாம். மறுபடி சண்டை போட வேண்டாம். நீளமான வசனங்கள் தேவையில்லை. பேசிப் பேசியே சொந்தம்

அவசரமாக உண்ணாதீர்;
ஆசைக்காக உண்ணாதீர்;
அளவு மீறி உண்ணாதீர்;
பசியாமல் உண்ணாதீர்;
பார்க்காமல் உண்ணாதீர்;
கொடாமல் உண்ணாதீர்;
கடமைக்காக உண்ணாதீர்;
மெல்லாமல் உண்ணாதீர்;
செரியாமல் உண்ணாதீர்;
அடுத்தவருக்காக உண்ணாதீர்;
வீணாகும் என்று உண்ணாதீர்!
- ஜெ. விஜயலட்சுமி,
சென்னை

அறுந்துபோகும் நிலை ஏற்படக்கூடும் என்பதையும் நினைவில் வைப்பது நல்லது.

ஒருவர் கடுமையாகப் பேசி விட்டாரா, திரும்பவும் கடுமையான வார்த்தைகளைக் கொட்ட வேண்டாமே! 'நீ பேசியது எனக்குப் பிடிக்கவில்லை' என்று உறுதியாகச் சொல்லலாம். அவர் தெரியாமல் பேசியிருந்தால் அந்த இடத்தில் வன்மம் தேவையற்றது. அவர் இடத்திலிருந்தும் யோசித்துப் பார்க்கவும்.

மன்னிப்பது என்றால் மறப்பதா?

இல்லை. வேறு விதமாக நினைவு கூர்வதுதான். நம் சிநேகிதி நமக்கு ஃபோனே பண்ணவில்லையா? 'அவள் சரியான அகம்பாவக்காரி!' என்று நினைக்காமல், அவளுக்கு என்ன பிரச்னையோ, வீட்டில் என்ன பொறுப்போ என்று எண்ணலாமே! நிகழ்ச்சியை நினைவில் வைப்பதால் எதிர்காலத்தில் அதேபோன்ற சந்தர்ப்பம் வரும்போது நம்மைக் காத்துக்கொள்ள உதவும்.

மன்னிப்பு என்றால் கோபம் கூடாதா?

பிறரின் இரக்கமற்ற சுபாவத்தையோ



பிறந்தநாள் வாழ்த்து, ஈமெயில், ஃபோன் என்று தொடர்பு கொள்ளலாமே!

அடுத்தவர் நம்மிடம் வருத்தம் தெரிவித்துவிட்டாரா? உடனே 'அவர் நன்றாகப் பாடம் கற்றார்!' என்று சொல்லாமல் பெருந்தன்மையாக நடந்து கொள்வது நமக்குத்தான் கௌரவம்.

எல்லாத் தவறுகளும் மன்னிக்கப்படக் கூடியவையா?

அடித்துவிட்டு மன்னிப்புக் கேட்பது ஓ.கே.தான். ஆனால் மறுபடியும் மறுபடியும் அடித்துவிட்டு, மன்னிப்பு கோருவதே அடுத்தமுறை அடிப்பதற்காகத்தான் என்பதாக ஆகிவிடக் கூடாது. ரத்தம் வடிய வடிய 'ஒன்றுமில்லையே' என்று சொல்வது எப்படி சாத்யம்?

மனம் வருந்தாமல் மன்னிப்புக் கேட்பது அபத்தம். இருவருமே மனம் மாற வேண்டும். ஓர் அத்துமீறலைக் கண்டு எழுவது கோபம் என்றால், அதைப் போக்க உண்மையான சமரசம் தேவை.

அதே சமயம் அடுத்தவர் அதே தவறைத் திரும்பச் செய்யவும் வாய்ப்பு இருக்கிறது என்பதை நாம் ஒருபோதும் மறக்க வேண்டாம். அதற்கான சூழ்நிலையைத் தவிர்த்து விடுவதுதான் புத்திசாலித்தனம்.

எரிச்சலூட்டும் நடத்தையையோ கண்டும் காணாமல் விட வேண்டும் என்பதல்ல. நடந்து போனவற்றை நினைத்துக் குமையாமல் விட்டுவிட வேண்டும் என்பதுதான்.

மன்னித்தால் நாம் இளப்பமாகி விடுவோமா?

இல்லை. மற்றவர் நம்மைப் புண்படுத்த முடியாது என்பதைத்தான் காட்டுகிறோம்.

மன்னிப்பு என்றால் விட்டுக் கொடுத்தலா?

இல்லை. ஒரு உறவு தேவையா இல்லையா என்று முடிவு செய்து அதற்கேற்றாற்போல நடந்து கொள்ள உதவுவதற்குத்தான். யோசித்து தீர்க்கமாக முடிவெடுக்கும் மன நிலையைத் தரும்.

நாமும் தவறு செய்திருக்கக்கூடும். அல்லது ஓவர் ரியாக்ட் செய்திருக்கலாம். அடுத்தவர் நிலையிலிருந்து சம்பவத்தை ஆராய வேண்டும். நம் பக்கம் தவறு இருந்தால் தாராளமாக மன்னிப்பு கேட்கலாம். கிரிக்கெட் மாட்சுக்கு ஒரு டிக்கெட் வாங்கிப் பரிசளிக்கலாமே! அல்லது நல்ல கச்சேரிக்கோ, அவருக்குப் பிடித்த டிராமாவுக்கோ ரிஸர்வ் செய்து அழைக்கலாமே!

சந்தோஷமான சம்பவங்களை ஆக்ஷன் ரீப்ளே செய்து மகிழ்வோம். கசப்பான நிகழ்வுகளை அதன் பின்னணியை ஆராய்ந்து தவிர்ப்போம். தேவையற்ற கோபம், வன்மம், பகைகளை விட்டு விட்டு வாழ்க்கையை இனிமையாக்கிக் கொள்வோம்.

- முத்துலக்ஷ்மி சங்கரன்,
சென்னை



குண்டு

கங்காவுக்கு இந்த குண்டு காக்காவின் தொல்லை, நாளுக்கு நாள் பெரும் தொல்லையாகத்தான் ஆகிவிட்டது!

அதென்னவோ சாதா காக்கா தான். ஆனால், அவளைப் பார்த்த மாத்திரத்தில் அது குண்டு காக்காவாகி விடும்!

தலையில் ஏதோ கொண்டை வைத்ததுபோல் விறைத்து இறக்கைகளை விரித்து, முகம் உப்பி, விழிகள் பிதுங்கி, மூக்கை மேலும் ஒரு அங்குலம் நீட்டி, கட்டைத் தொண்டையில், கத்தோ கத்தென்று கத்தித் தீர்க்கும்.

தன் கூர்மையான மூக்கினால், தென்னம் ஓலைகளை கிழி கிழி என்று கிழிக்கும் அளவுக்குக் கத்தல்! காட்டுக் கத்தல்!

ஆரம்பத்தில் இதை வேடிக்கையாகப் பார்த்த கங்காவுக்கு, பின் அதுவே விநோதமாகி இப்போது விபரீதமும் ஆகியுள்ளது.

முதல் மாடியில் வசிக்கும் அவள், கீழேயும் செல்ல முடியவில்லை. மொட்டை மாடிக்கும் செல்ல முடியவில்லை. பின்கட்டுப் பக்கம் சென்றாலே, சடாரென்று தென்னை மரத்துக்குத் தாவி, அவளை உண்டு இல்லை என்று பண்ணிவிடுகிறது!

இப்போதெல்லாம் கையில் கொம்புடனேயே அலைகிறாள் கங்கா, சமயத்தில் அவள் தலையையும் கொத்திவிட்டுச் செல்கிறதே.

"இன்னாயம்மா, கொம்பெடுத்துக்கினு வர்றே?" என்றாள் கீரைக்காரி.

"ம்...உன்னை நாலு சாத்து சாத்தத்தான்." என்றவள், விஷயத்தைச் சொன்னாள்.

"அது குஞ்சு கிஞ்சு பொரிச்சிருக்கும், அதான்... காக்கைக்குத் தன் குஞ்சு பொன் குஞ்சுன்னு சொல்வாங்களே தெரியாதா?

கங்காவும் ஆரம்பத்தில் அப்படித்தான் நினைத்தாள். ஆனால், இப்போது நான்கு மாதங்களாகியும் நிலைமை தொடரவே, அவளுக்குள் ஏதோ பீதி உண்டாயிற்று.





சிறு கதை

காக்கா!

- சாந்தா ராமசாமி

'என்னவாக இருக்கும்? தன் மேல் ஏன் அதற்கு இவ்வளவு காண்டு? காகம் சனி பகவானின் வாகனமாயிற்றே... ஒரு வேளை சனி தோஷம் உச்சத்தை எட்டியுள்ளதோ? ஏதேனும் பரிகாரம் செய்தால் சரியாகுமோ?'

''என்னங்க, ஒரு நடை திருநள்ளாறு போயிட்டு வரலாமா?'' என்றாள் கணவனிடம்.

''இந்தக் காக்கா இப்படிக் கத்திக்கத்தித் தீர்க்கறதே. அதான் சனி பகவானுக்கு ஏதாவது பரிகாரம் பண்ணிட்டு வரலாமேன்னு...''

''ஓஹோ, காக்கா கத்தினா திருநள்ளாறு போவீங்களோ, அப்போ குயில் கூவினா?''

தன் நக்கலைத் துவங்கிவிட்டான் வாசு. இனி அவனிடம் பேசிப் பிரயோஜனமில்லை. வேறு என்ன செய்யலாம்?

''என்ன கங்கா, நானும் ரொம்ப நாளா கவனிச்சுண்டுதான் இருக்கேன். இந்த காக்கா ஏன் உன்னை இப்படிப் பாடா படுத்தறது?''

வந்து விட்டாள், நைன்டி நைன் பாயிண்ட் நைன் நைன் எஃப்.எம்... வேறே யாரு? பக்கத்து வீட்டு பர்வதம் மாமிதான்.

''அதான் மாமி எனக்கும் புரியலை, நான் தவறாம சாதம் வெக்கறேன், குடிக்க தாகத்துக்கு தண்ணியும் வைக்கறேன். ஒரு காக்காய்க்கு வேறே என்னதான் செய்வா சொல்லுங்கோ?''

''சனி தோஷமாயிருக்கும். ஒரு நடை திருநள்ளாறு போயிட்டு வாயேன்.!''

''சொல்லிப் பார்த்தாச்சு. மாமி, இவர் ஒண்ணும் மசிய மாட்டேங்கறார்.''

''சரி, அப்படீன்னா ஒண்ணு செய். வர்ற சனிக்கிழமை சனி பெயர்ச்சி. அன்னிக்கு நெறைய எள்ளு சாதம் பண்ணி எடுத்துக்கோ. நம்ம சிவன் கோயில்ல இருக்கற சனி பகவானுக்கு நைவேத்யம் பண்ணிட்டு, அப்படியே அங்க இருக்கற பிச்சைக்காரருக்கும் விநியோகம் பண்ணிட்டு வந்துடு. அதுவே போறும்.''

கங்காவுக்கும் மாமி சொல்வது சரியாகவே பட்டது. அதையும் செய்துவிட்டு வந்தாள். மனசுக்கு ஒரு ஆத்ம திருப்தியும் நிம்மதியும் கிடைத்ததென்னவோ உண்மை.

ஆனால் காக்கா?

ஊஹூம்! எந்த 'பாச்சா'வும் அதனிடம் பலிக்கவில்லை. அது வழக்கம்போல் தொண்டை கிழிய, கத்தவே செய்தது. கங்கா செய்வதறியாது தவித்தாள்.

ஒருவாரம் சென்றிருக்கும். அன்று பலத்த புயல் காற்று வீசத் துவங்கியது. வீதிகளில் புழுதி பறக்க, மரங்கள் வேரோடு சாயும் அளவுக்கு ஆட்டம் கண்டன.

நீண்ட நேரம் அடித்த காற்றிலும் மழையிலும், தென்னை

பஞ்சாமிர்தம்

எள்ளுப்பாட்டி - வசந்தாராமன், கொள்ளுப் பாட்டி ராஜேஸ்வரி வெங்கட சுப்ரமணியன், பாட்டி - ராதிகா மூர்த்தி, அம்மா - லக்ஷ்மி ரமேஷ், குழந்தை - சித்தார்த்



மரத்தையொட்டி இருந்த மரம், வேரோடு சாய்ந்து கீழே விழுந்தது!

''கா...கா...கா...கா...''

வீதியே அதிரும் வண்ணம் காகத்தின் அறைகூவல்.

அந்த குண்டு காக்காதான்! மரத்தைச் சுற்றி சுற்றி ஓலமிட்டது. அதன் ஆருயிர் குஞ்சுகளொடு, அது கட்டிய கூடும் கீழே சாய்ந்துவிட்டது. தேங்கியிருந்த மழை நீரில் அனைத்தும் மூழ்கிவிட்டன. செய்வதறியாது தவித்தது காகம். கதறி ஓலமிட்டது!

'யாரேனும் உதவிக்கு வாங்களேன். என் குஞ்சுகளைக் காப்பாற்றுங்களேன்' என்று கெஞ்சுவது போலிருந்தது அதன் கத்தல், அலறல்! கூக்குரல்!

யார் என்ன செய்ய முடியும்? மனிதர்களாக இருந்தால் உதவலாம். இதற்கு எப்படி உதவுவது? அருகில் செல்லவே பயமாக இருந்தது?

யாரிடம் சொன்னாலும் இதையெல்லாம் காதில் போட்டுக் கொள்ளக் கூட மாட்டார்கள். தன்னாலும் எதுவும் செய்ய முடியவில்லையே என்ற பரிதவிப்பு. தாங்கொணா துயரத்தில் தவித்துப் போனாள் கங்கா.

அதற்குப் பிறகு அந்தக் காகத்தைக் காணவேயில்லை.

''என்ன, உன் பிரச்னை தீர்ந்தது! சனி தோஷம் நீங்கிடுத்தா?''. என்றான் வாசு.

இந்த நிலையிலும் இவரால் எப்படி இப்படி பேச முடிகிறது?

மறுநாள் துணி காய வைப்பதற்காக மாடிக்குச் செல்லும்போது பழக்க தோஷத்தில் கையில் கொம்பை எடுத்த கங்கா, சடாரென்று அதைக் கீழே போட்டுவிட்டு, படிக்கட்டிலேயே அமர்ந்து, கதறிக் கதறி அழுதாள்!

•



ஸ்ரீ சுவாமி நாத சுவாமி சஹாயம்



இந்தியாவின் சிறப்புமிக்க முன்னணி ஸ்தாபனம்

SGS

Sri Gomathi Sankar Catering Service

ஸ்ரீ கோமதி சங்கர் கேட்டரிங் சர்வீஸ்

Master Cook Catering Contractors



சமையல் சக்கரவர்த்தி

மாம்பலம் **G. சங்கர் ஐயர்**

பாரதம் முழுவதும்

15/6, Nayakkamar Street, Near Postal Colony, West Mambalam, Chennai - 600 033.

Ph: 2371 2318 Cell: 98411 13559, 93810 53924, 2483 2334 (R)

இளைஞர்களே ! புத்தாண்டில் வழுக்கைத்தலை தோற்றத்தை மாற்றி இளமையான தோற்றத்தைப் பெறலாமே !!

Hair Weaving , Hair Bonding & Silicon System Treatments are done here



சிகிச்சைக்கு முன்

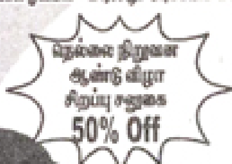
50% Off

FAIR & HAIR

HEALTH & BEAAUTY CURE

51, சாலை ரோடு, யூகோ பாங்க் அருகில், உறையூர், திருச்சி - 620003.

☎ 0431-2768497 / 2760545, Cell : 98424 - 38381 ,94431 - 38381.



சிகிச்சைக்கு பின்

29 ஆண்டு மலர்

பேர் சொன்னா

குந்தனா

''ஜெயா, இங்க கொஞ்சம் வாயேன், பாகு பதம் போதுமா பார்த்துச் சொல்லு.'' என் ஓர்படி சமையலறையிலிருந்து என்னைக் கூப்பிட்டாள். அவளுக்குத் திருமணமாகி இரண்டு மாதங்கள்தான் ஆகின்றன.

கைக் குழந்தையை என் கணவரிடம் கொடுத்துவிட்டு எழுந்தேன்.

''என்ன, உன் பெயரைச் சொல்லி கூப்பிடறா. மன்னின்னு மரியாதையாகக் கூப்பிடச் சொல்'' என்றார் என் கணவர்.

''இதெல்லாம்கூட சொல்லிக் கொடுப்பாளா? அவளுக்காத் தெரியணும்'' சொல்லிவிட்டு நான் சமையலறைக்குச் சென்றேன்.

பதம் பார்த்து மைசூர் பாகைக் கிளறி எடுத்து, தட்டில் கொட்டி வில்லைகள் போட்டு முடிந்ததும், தட்டில் இரண்டு வில்லைகளை வைத்து என் கணவரிடம் எடுத்துச் சென்றாள் என் ஓர்படி.

''ஸ்வீட் எடுத்துக்கோங்கோ. சரியா இருக்கா சொல்லுங்கோ'' என்றாள்.

என் கணவர் தட்டை வாங்கவில்லை.

''என்ன, நீ மன்னியைப் பெயர் சொல்லிக் கூப்பிடறே?''

''அதனாலென்ன, உங்க தம்பி உங்களைப் பெயர் சொல்லித்தானே கூப்பிடுகிறார். அண்ணான்னா கூப்பிடுகிறார்?'' என்றாள் பதிலுக்கு.

''எங்களுக்குள்ள அதிக வயசு வித்தியாசம் இல்லை.

ஜோடியாக வளர்ந்துட்டோம். அதுக்காக நீ மன்னியைப் பெயர் சொல்லிக் கூப்பிட ணுமா?'' என்னவர் கோபமாகக் கேட்டார்.

''உங்க பெண்டாட்டி என்னைவிட வயதிலே சின்னவள். ஜோடியா இந்த வீட்டிலே வாழப் போகிறோம். வளரப் போகிறோம். பெயர் சொல்லிக் கூப்பிட்டா சிநேகிதம் வளரும்...'' பதிலடி கொடுத்தாள்.

என் கணவருக்கு ரசிக்கவில்லை.

''இந்த வீட்டில் மூத்த மாட்டுப்பெண். உனக்கு மாமியார் ஸ்தானம் வகிக்கிறா. நீ பெயர் சொல்லிக் கூப்பிடுவது எனக்குப் பிடிக்கவில்லை...?'' அப்பட்டமாகவே சொல்லிவிட்டார்.

அவளும் விடாப்பிடியாக, ''எங்க வீட்டில் அப்பாவையே வா, போன்னுதான் கூப்பிடுவோம். அப்போதான் நெருக்கம் இருக்கும்னு. மரியாதைங்கிற பெயரில் மனுஷாளை தூர நிறுத்தறதில எனக்கு உடன்பாடு இல்ல'' என்றாள்.

''அப்ப உன் புருஷன் ரொம்ப நெருக்கமானவன்னு அவனையும் பெயர் சொல்லிக் கூப்பிடுவாயோ?'' இவர் குதர்க்கமாகக் கேட்டார்.

''இப்போதைக்கு இல்லை. கொஞ்சம் நெருக்க மானதும் கூப்பிட்டாலும் கூப்பிடுவேன்'' சளைக்கா மல் என் ஓர்படி வாதாடி னாள்.

''சரிதான், ரொம்பத்தான் வாயாடுகிறாய். புது மாட்டுப் பெண் என்ற பயமே இல்லை'' இவரும் விடுவ தாக இல்லை.

''பயத்தோட வளையவர இதென்ன அயலார் வீடா...? நான் இருக்கப் போற வீடு. என் வீடு. என் மனிதர்கள். அப்புறம் பயம் என்ன! எனக்கு இந்தப் பாணியில்தான் பழக முடியும்'' வெட்டு ஒண்ணு துண்டு இரண் டாகச் சொல்லிவிட்டு, ஸ்வீட் தட்டைப் பக்கத்தில் வைத்து விட்டு திரும்பிப் போய் விட் டாள்.

''நீங்க என் சுபாவத்தை வைத்து அவளைப் பார்க்கா தீங்க. மற்ற விஷயங்களில் சௌஜன்யமாதானே இருக்கா? சின்ன விஷயத் தைப் பெரிசு படுத்தாதீங்க. இத்தோடு விட்டுடுங்க'' என்றேன்.

அன்றிலிருந்து இன்றுவரை என்னைப் பெயர் சொல்லித்தான் கூப்பிடுகிறாள். நானும் பிள் ளைக்குக் கல்யாணம் பண்ற வயதை எட்டி விட்டேன். ஜாதகம் பார்த்து, பெண் பார்த்து, நிச்சயம் செய்து சம் பிரதாயமாகக் கல்யாணமும்



நடந்தது.

''டேய், காரை எடுக்கிறயா? எனக்கு ஆஃபீஸுக்கு நேரமாச்சு'' யார், யாரைக் கூப்பிடுகிறார் என்று புரியாமல், என் வீட்டுக்காரர் பேப்பரிலிருந்து தலையை வெளியே நீட்டினார்.

என் மருமகள், என் பிள்ளையைக் கூப் பிடுகிறாள் என்று புரிந்தது. அவர்கள் கிளம்பிச் சென்றதும் என்னிடம் கேட்டார்.

''என்ன இது, ஒரேயடியா டேய்னு கூப் பிடுகிறாள். ரொம்பக் கேவலமா இருக்கு. நீ சொல்ல மாட்டியா உன் பிள்ளைக்கு, இதெல்லாம் எனக்குப் பிடிக்காதுன்னு'' என்னிடம் தாவினார்.

''சொன்னேன். நாங்க தனியா இருக்கும் போது இப்படித்தான் கூப்பிட்டுப்போம். உங்க முன்னாடி கூப்பிடலைன்னுதான் சொன்னான். இப்ப கேட்டா பழக்க தோஷத்துல வந்துடுச்சு என்பான். இப்ப காலமே இப்படித்தான் இருக்கு. பெயர் சொல்லிக் கூப்பிடறது, டேய், டீ போட்டுப் பேசுவது, அவன், இவன்னு ஒருமை யில் பேசறது எல்லாம் சகஜமாயிடுச்சு. நீங்க நாலு பேர் கிட்ட பழகினாத்தானே உலகம் தெரியும்? பெரிய பதவிங்கிறதால ஆஃபீஸிலும் சிநேகிதர்கள் கிடையாது. நூல் பிடிச்சா மாதிரி ஆஃபீஸ், வீடு என்று பாயிண்ட் டு பாயிண்டு சர்வீஸ். வெளி வட்டாரப் பழக்க வழக்கமில்லாமப் போன தில ஆச்சரியமில்லை. நாலு நாள் டீ.வி சீரியல் பாருங்கோ. உலகம் புரியும்'' என்றேன்.

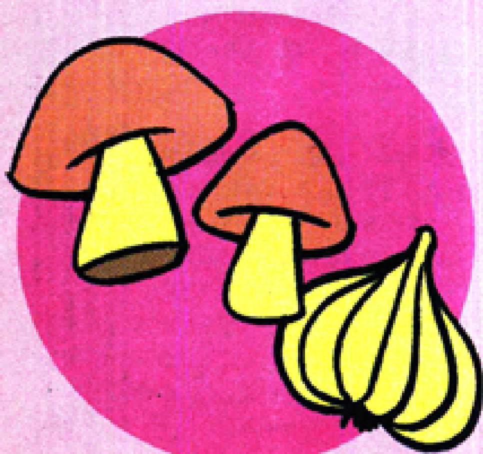
டீ.வி சீரியல் பார்க்கத் தொடங்கினார். ''என்ன ஒருத்தர்கூட நெத்திக்குப் பளிச் சுன்னு பொட்டு வைச்சுக்கிறதில்ல. வச்சுக்கிறவாளும் கொசுபோல வச்சுக்கிறா. அதுகூட சிவப்புக் கலரா இல்ல'' என்றார்.

''இதுதான் இப்போதைய நிலவரம். உங்கம்மா காலத்துல காலணா சைஸ் பொட்டு. என் காலத்துல விரல் நுனி அளவு பொட்டு. இந்தக் காலத்துல எறும்பு அளவு பொட்டுதான். கொஞ்சம், அனிமல் ப்ளா னட், நேஷனல் ஜியோகிராபிக் சானல்னு பார்க்காம நீயா நானா, அரட்டை அரங் கம்னு எல்லாம் வெச்சுக் கேளுங்கோ. இன் னும் என்னவெல்லாமோ புரியும்'' என் றேன்.

அன்று டீ.வி.யில் அலசல். திருமணச் சடங்குகள், சம்பிரதாயங்கள், தாலி எல் லாம் தேவைதானா என்று வாத பிரதி வாதங்கள்.

''ஏண்டி, நம்மாத்து மருமகள் தாலி போட்டுண்டு இருக்காளா?'' கவலையுடன் கேட்டார்.

''காலையிலிருந்து இராத்திரி வரை



சில காளான் வகைகள் நச்சுத் தன்மை கொண்டவை. காளான் நஞ்சுள்ளதா என் பதை அறிய, சில பூண்டுப் பற்களை காளானுடன் சேர்த்து வேக வைத்தால் அந்த நீர் கறுப்பாக மாறிவிடும்.

காளான் மீது சிறிது மஞ்சள் தூள் தடவி கலந்து சிறிது நேரம் வைக்கவும். நிறம் கறுப்பாக மாறினால் அதை சமைக் கக் கூடாது!

– அ.ப. மலர்க்கொடி பலராமன், சென்னை

நாம் காய்கறிகளை சமைக்கும்போது விதைகளை எறிந்து விடுகிறோம். தாய்லாந்தில் விதைகளை வறுத்து பாக்கெட்டுகளில் விற்கிறார்கள். சூரியகாந்தி, பரங்கி, தர்பூஸ் போன்றவற்றின் விதைகளை வறுத்து உபயோகிக்கிறார்கள். பரங்கி விதையில் ஒமேகா – 3 என்ற சத்து உள்ளது. இந்தச் சத்து ரத்தக் குழாய்களில் உள்ள அடைப்புகளை நீக்குகிறதாம்.

– லலிதா தியாகராஜன்,
நவி மும்பை



கழுத்தில் தொங்குது. ராத்திரி படுக்கையில் எப்படியோ? காலம் மாறிப் போச்சு. கண் எதிர்ல வெறும் கழுத்தோட வராம இருக்காளேன்னு சந்தோஷப்படணும்.''

''காலம் மாறிப் போகலை. அந்த நாட்களிலேயே உன் ஓர்ப்படி ஆரம்பிச்சுட்டாளே! மன்னியைப் பெயர் சொல்லிக் கூப்பிடறதும், ஆம்படையானை வி.எஸ்.னு இனிஷியல் சொல்லிக் கூப்பிடறதும். அதே டீ.வி சானல்லதான் குழந்தைகளை 'வாங்க, போங்க'ன்னு பெரியவங்களே கூப்பிடறாங்க. அதில ஒருத்தர் சொன்னார் குழந்தைகளைச் சின்ன வயசில இருந்தே மரியாதை கொடுத்துக் கூப்பிட்டு, அவங்களும் மத்தவங்களை மரியாதையா கூப்பிட கத்துக் கொடுக்கணும்னு. இப்பத்தான் அதோட தேவை புரியுது.''

''கூப்பிடறதுல என்ன இருக்கு? குணவதியா இருந்தால் போதும். சும்மா அலட்டாதீங்க!'' என்றேன்.

காலங்கள் உருண்டோடின. எனக்கு பேரன் பிறந்து, ஐந்து வருடங்கள் ஆகிவிட்டன. தாத்தாவுக்கும், பாட்டிக்கும் பேபி சிட்டிங் வேலை. ஸ்வாமி அறையில் ஸ்லோகம் சொல்லிக் கொண்டிருந்தேன்.

''வைதீ'' குரல் கேட்டது.

''என்னடா, கண்ணா?'' பேப்பரை அப்படியே போட்டுவிட்டு ஓடினார் என்னவர்.

பேரனுடைய ரூமில் மேஜை முழுவதும் பாடப் புத்தகங்கள் இறைந்து கிடந்தன.

''ஹோம் ஒர்க் சொல்லித் தரணுமா?'' தாத்தா கேட்டார்.

''ம்ஹூம். அது அம்மா சொல்லித் தருவா. நீ என்னோட விளையாட வா'' பேரன் கூப்பிட்டான்.

''படுவா பயலே, ஏண்டா என் பெயரைச் சொல்லிக் கூப்பிட்டே? தாத்தான்னு கூப்பிடத் தெரியாதா?

''நீ என் கூட விளையாடுவியா? மாட்டியா?'' பேரன் கேட்டான்.

''உன்கூட விளையாடறதுதானே எனக்கு வேலை.''

''அப்ப நீ என் ஃப்ரண்டுதானே?'' பேரன் தொடர்ந்தான்.

''ஆமாம்'' தாத்தா தலையாட்டினார்.

''பின்ன ஃபிரெண்டை பேர் சொல்லிக் கூப்பிடாம வேற எப்படிக் கூப்பிடறதாம்?'' பேரன் மடக்கியதில் தாத்தா புளகாங்கிதம் அடைந்தார்.

''நீ எப்படி வேணா கூப்பிடுடா!'' என்று முத்த மழை பொழிந்தார்! ●

✉ டி.எம்.எஸ் ஸுஹம் ஜானகியும் புண்ணியம் பல செய்திருக்க வேண்டும். பூர்ணாபிஷேகம் பற்றித் தான் சொல்கிறேன்.

- வி.எஸ்.மோகன்,
பெங்களூரு -8

✉ 'அழகா கேளுங்க' பகுதியில் இடம் பிடித்த 'கை முட்டிகள், கால் முட்டிகளில் உள்ள வறட்சி கருந்திட்டுகளை எப்படி நீக்கலாம்?' என்ற கேள்விக்கு, அழகுக் கலைஞர் வீணாவின் பதில் பயன் உள்ளதாக இருந்தது.

- கே. சுலோசனா,
மங்கலம்

✉ பொம்மை கீ செயின் செய்முறையைப் படித்தேன். எளிமையாகவும், அழகாகவும் இருந்தது. 'பொழுது போகவில்லையே' என்று புலம்பும் பெண்கள், இனி இம்மாதிரியான பொம்மைகளைச் செய்து பொழுதை இனிதே கழிக்கலாம். ஏன் காசாக்கவும் செய்யலாம்!

- ஆர். ஜெஜலெட்சுமி,
லால்குடி

✉ அகவை 29ல் அடி எடுத்து வைக்கும் மங்கையர் மலர், அந்த மகிழ்ச்சியை சமூகப் பொறுப்போடு கொண்டாட 'யூத் எடிஷன்' தொடங்குவது மெச்சத்தக்கது. வாருங்கள் வாலிபங்களே! கை கோத்து புதியதோர் உலகம் செய்வோம்.

- அ. யாழினி பர்வதம்,
சென்னை - 78

✉ அருணா சாய்ராமின் கட்டுரை படிக்க மிகுந்த பரவசமாக இருந்தது. ''எம்.எஸ். அம்மாதான் எனக்கு வழி காட்டும் நட்சத்திரம்' என்கிற அவருடைய தன்னடக்



29 ஆண்டு மலர்

வரவேற்கிறோம்

சொல்ல விரும்புகிறோம்

கம்தான் இன்று அவரை இமாலய உயரத்துக்கு உயர்த்தியிருக்கிறது.

- கோமளா ரங்கநாதன், சென்னை - 17

✉ 'யூத் எடிஷ'னை எங்களுக்குத் தெரிந்த இளம் வயதினருக்குக் கண்டிப்பாக எடுத்துச் சொல்லி அவர்களைப் பங்கு பெறச் செய்வோம்.

- எஸ். காயத்ரி, மங்கலம்

✉ பகவான் ஸ்ரீ சத்ய சாயிபாபாவின் அற்புதங்களை அனுபவித்தவர்கள் எழுதியதைப் படித்தபோது, சுவாமியின் கருணை எங்களையும் ஆகர்ஷிக்கிறது.

- கே.எல். சுந்தரூபி, மேலகிருஷ்ணன்புதூர்

✉ 'வலது கால் பெருமை!' செய்தி விஞ்ஞானபூர்வமானது என்பதைப் படித்து அறிந்து கொண்டேன். திருமணச் சடங்குகளின் இது போன்ற விஞ்ஞான பூர்வ செய்திகளை அவ்வப்போது வெளியிட வேண்டுகிறேன்.

- டி. சாந்தி, அம்மையப்பன்

✉ 'காணவில்லை பெண்மை!' கவிதையில் கண்டேன் உண்மை. ஐந்தறிவுக்குள்ள நாணம், ஆறறிவுக்கு இல்லையே என்னும் ஆதங்கத்தை அழகான கவிதையாய் வடித்துள்ளார் சாய்சுதா.

- சி.என். ராமதேவி, சென்னை - 83

✉ கதை, ஷாப்பிங் அனுபவம், கவிதை, குட்டீஸ் ஹூட்டி, பாட்டி வைத்தியம் பயனுள்ளதாக இருந்தன.

- வ. சுந்தரி வஜ்ஜிரசேனன், சென்னை - 23

இளமையை!

✉ இளமை இதோ
இதோ
இனிமை இதோ
இதோ
காலேஜு™ டீனேஜு™
பெண்கள்
எல்லோர்க்கும் நம் 'மலர்'
மீது
கண்கள் எனும்படி மிக அருமையாக, இனிமையாக, இளமையாக வெளிவரும் மங்கையர் மலரை வரவேற்கிறோம்!

- கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி, குடந்தை-1

✉ 'ஜெயித்தவள்' அருமையான கதை, நெஞ்சைத் தொட்ட கதை.

- ஆர். பிரேமா, சென்னை - 33

✉ 'ஒரு வார்த்தை' அற்புதமானது. இக் கருத்துக்களை எல்லா மொழியிலும் - குறைந்தபட்சம் ஆங்கிலத்திலாவது மொழிபெயர்த்து பலர் படித்து, பயன் பெற ஆவன செய்யுங்கள்.

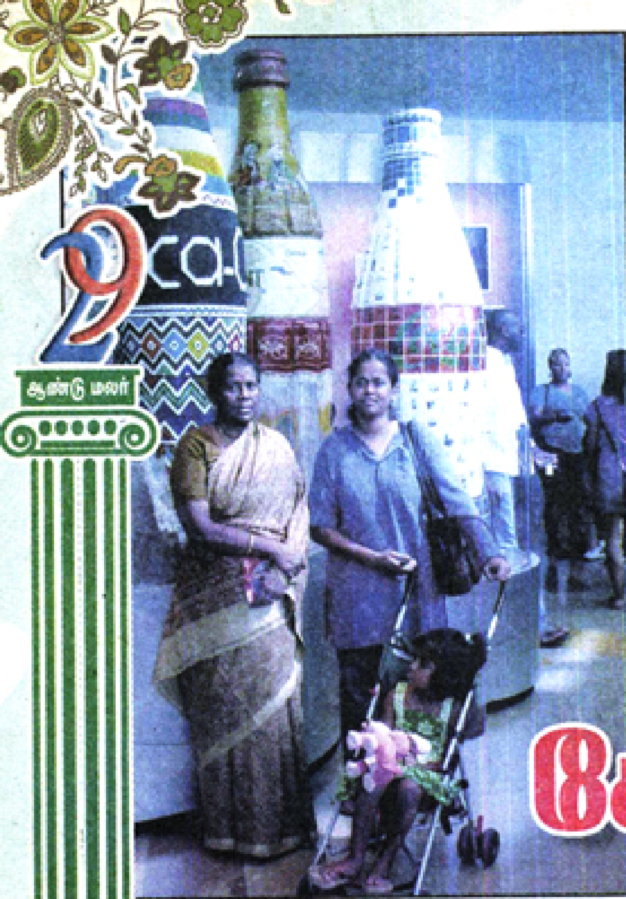
- நடராஜன், புதுச்சேரி

✉ அரவானிகளின் 'எங்க வாழ்க்கை' வேதனையாக இருந்தது. நின்று கொண்டே படுக்க முடியாது. நின்று, உட்கார்ந்து பிறகுதான் படுக்க முடியும். அதுபோல் நிதானமாகத்தான் அரவானிகளையும் சமூகம் ஏற்றுக் கொள்ளும்.

- எஸ். விஜயலெட்சுமி, மயிலாப்பூர்







கோக்கில்

அமெரிக்காவின் உலகப் புகழ் பெற்ற 'கோக்கோ - கோலா' நிறுவனத்தைச் சுற்றிப் பார்க்கும் வாய்ப்பு என் மகள், மருமகன் உபயத்தில் எனக்குக் கிடைத்தது.

'கோக்' என்ற மென்மையான உற்சாக ஊற்றை உருவாக்கிய படைப்பாளி ஜான். எஸ்.பெம்பெர்டன் என்ற மருந்தாளர்.

அவருடைய பெயரில், பெம்பெர்டன் இடம், இருபது ஏக்கர் நிலப்பரப்பில், சர்வதேச நகரமான அட்லாண்டாவில் அமைந்துள்ளது.

அன்று ஞாயிற்றுக்கிழமையாதலால் கூட்டம் அலைமோதுகிறது. சுற்றுலாப் பயணிகள், உற்சாகமான குழந்தைகளுடன் பொறுமையாக வரிசையில் காத்திருந்து நகர்கின்றனர். எங்கும் ஒழுங்கும் சுத்தமும் நம்மைக் கவரும் அம்சம்.

கோக்கோ-கோலா நிறுவன ஊழியர்கள் ஆங்காங்கே நின்று வழிகாட்டுகிறார்கள். நம்மையும் நம் பொருட்களையும் சோதித்து உள்ளே அனுப்புகிறார்கள்.

முதல் அரங்கத்தில் இருபத்து எட்டு மீட்டர் கோக் புட்டியின் மாதிரி அமைப்பு உள்ளது. மகிழ்ச்சியுடன் அருகே நின்று புகைப்படம் எடுத்துக் கொள்கிறார்கள்.

அடுத்த அரங்கம் அறிமுக அரங்கம். நம்மை அமர்த்தி, வரவேற்பு தருகிறார்கள். 'கோக்' சம்பந்தமான சந்தேகங்கள் கேட்கச் சொல்கின்றனர்.

அடுத்தது, கோக் உருவான வரலாற்றுச் செய்திகள், படங்கள், புட்டிகளின் மாதிரிகள், விலைகள் முதலான சுவையான விவரங்கள் ஒரு பெரிய அறையில் அழகாக வைக்கப் பட்டுள்ளன. மிகமிகச் சுவையான செய்திகளை அறிகிறோம்.

★ தினசரி உலகம் முழுவதும், ஒரு பில்லியன் மக்கள் 'கோக்' அருந்தி மகிழ்கிறார்கள்.

★ ஆரம்பகாலத்தில் இதன் விலை ஐந்து செண்ட் மட்டுமே!

★ அன்றிலிருந்து இன்றுவரை தயாரிக்

கப்பட்ட 'கோக்' திரவத்தை, எட்டு அவுன்ஸ் புட்டிகள் ஊற்றி, அப்புட்டி களை அடுக்கினால், அது 468 மைல்களை எட்டியிருக்கும். புட்டிகளின் எண்ணிக்கை ஆறு டிரில்லி யன் ஆகும்.

★ கோக்கின் முக்கிய மூலப் பொருள் தண்ணீர்.

★ உற்பத்தி செய்யப்பட்ட கோக், விற்பனைக்கு அனுப் பப்படும் முன்னர் அதன் தரம் 450 வேறுபட்ட சோதனைகளால் பரிசோதிக்கப்படுகிறது.

★ இதற்கு LEED என்ற தங்கச் சான்றிதழ் கிடைத்துள்ளது. இது இதன் தரத்துக்கும், சுற்றுப்புறச் சுகாதாரத்தைக் காப்பதற்கும், இயற்கை வளத்தைக் காப்பதற்கும் கிடைத்த பரிசு!

★ 450 பிராண்டுகள் உலகம் முழு வதும் உள்ளன.

★ டயட் கோக் இதன் புதிய தயாரிப்பு.

அடுத்த அரங்கில் கோக்கோ-கோலா தயாரிப்பு இயந்திரங்களின் மாதிரிகள் வைத்துள்ளனர். நீர், புட்டிகள் சுத்திகரிப்பிலிருந்து, கோக் புட்டிகளில் நிரம்பி வெளியே வரும் வரை இயக்கிக் காட்டி, நம்மைப் பிரமிக்க வைக்கிறார்கள்.

ஓர் அட்டைக் கண்ணாடியைத் தந்து, நம்மை 4D தியேட்டரில் ஸ்பெஷல் நாற்காலிகளில் அமர்த்துகிறார்கள். (உடல்நலம் சரியில்லாதவர்கள் சாதாரண நாற்காலிகளில்). கோக்கின் ரகசிய



தளிக்க வாரீகளா?

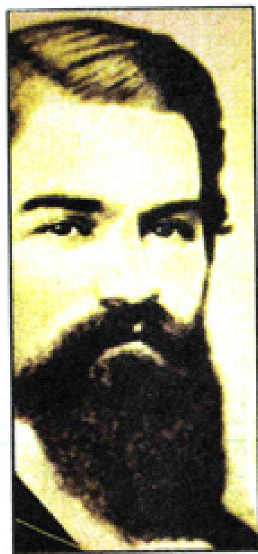
★ இது 200 நாடுகளில், மூலை முடுக்கெல்லாம் வியாபித்துள்ளது.

★ 1985ல் ஸட்டில் சேலஞ்சில், விண்வெளி வீரர்கள், ஸ்பெஷலாக தயாரிக்கப்பட்ட கோக் பாட்டிலிலிருந்து கோக்கை ரசித்துக் குடித்தார்கள்.

★ கோக் புட்டி இருட்டிலும் ஒளிருமாம்.

★ கோக் புட்டிகள், வீணான தயாரிப்புப் பொருட்கள், பிளாஸ்டிக் முதலானவை ரீ-சைக்கிள் செய்யப்படுகிறது.

★ ஜான். எஸ்.பெம்பெர்டன்



ஃபார்முலாவைக் கண்டுபிடிக்கச் செல்லும் ஒரு விஞ்ஞானியின் கதை திரையில் ஓடுகிறது. அவர் சுட்டு விரல் நம் மூக்கைத் தொடுகிறது. சூறாவளி போன்ற மிருகம் நம் மீது ஓட வருகிறது. கோக் வண்டி வீதியில் ஓட, நாம் அதனுடன், வீதிகளில், கடை வீதியில்,



கனவில் கரையும் வண்ணங்கள்!

சிற்றாடை அணிகையிலே
அறிமுகமாகும் வண்ணங்கள்
மேலாடை அணிகையிலே
வானவில்லாய் வர்ணஜாலம் காட்டிடுமே!
மங்கல நாண் பூண்டு
மனைவியான பின்னே
வாழ்க்கையை ரங்கோலியாக்க
தயாரித்த வண்ணங்கள்
இல்லத்தரசியாகி
வருடங்கள் பல போனபின்னே
நிஜத்தில் போட முடியாமல்
வண்ணங்கள் காய்ந்திடுமோ
என அஞ்சி
கனவிலே கோலம் இட்டே
கரைந்து போகும் பெண்மை!

– ச. சாய்சுதா, நெய்வேலி – 7

கூட்டத்தில், ஓடுகிறோம். பனியில் சறுக்குகிறோம். நாற்காலிகள் 'கடகட' என்று அசைகின்றன. ஆற்றில் பயணிக் கையில் தண்ணீர் நிஜமாகவே நம் மீது விழுகிறது. அற்புதமான அனுபவம்!

இறுதிக் கட்டம். அது உற்சாகம், மற்றும் மகிழ்ச்சி அரங்கம். களைத்துப் போன பெரியவர்களும் குழந்தைகளாக மாறுகிறார்கள். எங்கும் 'கோக்' வெள்ளம்! பூதாகரமான கலங்களில் ஆசியா, ஐரோப்பா, அமெரிக்கா ஆகிய கண்டங்களின் பெயர்கள் பொறிக்கப்பட்டுள்ளன. ஒரு கண்டத்தில் உள்ள நாடுகளில் விற்பனையாகும் விதவிதமான பிராண்டுகளில் விதவிதமான ருசிகளில், நிறங்களில் உள்ள கோக்கை அள்ளி அள்ளிக் குடிக்கலாம் இலவசமாக! குழந்தைகள், ஏன் பெரியவர்களும் துள்ளித் துள்ளி ஓடி, அள்ளிக் குடிப்பது உற்சாகக் கும்மாளம். நம் தலைக்கு மேல் கோக் புட்டிகள் வரிசையாக நகர்ந்து ஓரிடத்தில் குவிகிறது. வெளியேறும்போது நம் கையில் ஒரு கோக் புட்டியை அன்பளிப்பாக அளித்து அன்புடன் வழியனுப்புகிறார்கள். வித்தியாசமான அனுபவத்தில் புன்னகை பூத்து வெளிவந்தோம்.

– டி.பிரபாவதி,
வட கரோலினா, யு.எஸ்.ஏ.

நளபாகப் போட்டி-25 (முடிவு)

ஜனவரி 2009ல் இடம்பெற்ற போட்டி விடைகள்

1. தேங்காயை, 2, பாலை
3, பெருச்சாளியை, 4. பூசணிக்காயை,
5. வெண்ணெயை, 6. அடிக்கரும்பு,
7. எள், 8, கருணைக் கிழங்கு
9. சுண்டைக்காய், 10. தேன்

வந்து குவிந்த கூப்பன்களில் ரூ.150/- பரிசு பெறும் 20 அதிர்ஷ்டசாலி வாசகர்களுக்கு வாழ்த்துகள்!

1. கே. சாந்தி, திருவேந்திபுரம்
2. சாந்திசேகர், ஆலந்தூர்,
3. உமா தேவி, சேலம்-15,
4. ஆர். லக்ஷ்மி இராஜன், கம்பரசன்பேட்டை,
5.கே.ஏ.நமசிவாயம், பெங்களூரு- 43,
6. டி. பத்மாசனி, சேரன்மகாதேவி,
7.கே.செண்பகம், மதுரை,
8. ஆர். அட்சயா, திருநெல்வேலி,
9. எஸ். லெக்ஷ்மி மீனா, திருச்சி - 2,
10. பிச்சைமணி ரெங்கன், கே.புதூர்,
11. ஜெயஸ்ரீ சங்கர், தானே (மேற்கு), மகாராஷ்டிரா,
12. எஸ். சங்கீதா, துறையூர் - 10,
13. பி. காமாக்ஷி, புதுச்சேரி - 9,
14. எஸ். கிருஷ்ணவேணி, லத்தேரி,
15. கே. செல்லம், கம்பம்,
16. எம். நிர்மலா, சிதம்பரம்,
17. ஆர். விக்னேஷ், திருநெல்வேலி,
18. எஸ். சம்பூர்ணம், புதுக்கோட்டை- 5,
19. உஷா, பெங்களூரு - 24, 20. லலிதா வெங்கட்ராமன், உப்பர்வாகி.

சிவாலய அமைப்பு உணர்த்தும் தத்துவம்:

சிவலிங்கம் - பதி
நந்தி - பசு
பலி பீடம் - பாசம்
திருவாட்சி - பிராணவம்
திரைச்சீலை - மாயை
கொடி மரம் - ஆணவம்
கோபுரம் - சகல உயிர்களில் சின்னம்
கருவறை - மனம்
கருவறையில் உள்ள இருட்டு - மனத்தில் உள்ள அஞ்ஞானம்
ஆரத்தியின் பொழுது காட்டப்படும் தீபம் - அஞ்ஞானம் நீங்கி ஞானம் ஏற்படுதல்

பூஜைகளில் சிறந்த தலங்கள்

திருவனந்தல் சிறப்பு - திருக்குற்றாலம்
காலை பூஜை சிறப்பு - இராமேஸ்வரம்



மதிய பூஜை சிறப்பு - திருவானைக்காவல்
சாயங்கால பூஜை சிறப்பு - திருவாரூர்
இராக்கால பூஜை சிறப்பு - மதுரை
அர்த்த சாம பூஜை சிறப்பு - சிதம்பரம்

- எஸ். மேகலா,
சென்னை

மாற்று மருத்துவம்



29 ஆண்டு மலர்

மருந்து, மாத்திரை, பத்தியம் எதுவும் இல்லாமல், ஆரோக்கியமாக இருக்க முடியுமா? இப்போது மேலை நாடுகளிலும் பிரபலமாக உள்ள பழைமையான இந்திய மருத்துவம்தான் பிரதிபலிப்பு முறை! அதைப் பின்பற்றினால் உறுப்புகளுக்கு புத்துணர்வு தந்து, நோய்களைத் தீர்க்க முடியும்.

நமது கைகள், கால்கள் ஆகியவற்றின் பயன் அனைவரும் அறிந்ததே. நிற்கவும், நடக்கவும், ஓடவும் பயன்படும் நமது கால்களை நமது உடல் நலத்தைக் காக்கவும் பயன்படுத்தலாம் என உங்களுக்குத் தெரியுமா?

நமது கைகள் பலவிதமான வேலைகள் செய்யவும், பொருட்களைப் பிடிக்கவும், உணவை எடுத்து உண்ணவும், எழுதுதல், சித்திரம், சிற்பம், பலவிதமான நுட்பமான கைவேலைகள் போன்ற அனைத்தையும் செய்யவும் பயன்படுகின்றன. கால்களை விட கைகள் பலவிதமான வேலைகள் செய்கின்றன. இந்த அவயங்களை மேற்கண்டவற்றிற்கு மட்டும் பயன்படுத்தாமல் நமது உடல் நலத்தைக் காக்கப் பயன்படுத்தும் எளிய முறை ஒன்று உள்ளது என தெரியுமா? அதுதான் மிகச் சிறப்பு வாய்ந்த 'பிரதிபலிப்பு முறை!'



உள்ளங்கைகளிலும், உள்ளங்கால்களிலும் நமது உடலின் எல்லா உறுப்புகளுக்கும் பிரதிபலிப்பு புள்ளிகள் உள்ளன. இந்தப் புள்ளிகளில், அதாவது நமது உள்ளங்கைகளில், உள்ளங்கால்களின் அனைத்துப் புள்ளிகளிலும், தினமும் அழுத்தம் கொடுத்து வந்தால் நமது உடல் ஆரோக்கியம் பெறும். இதுவே பிரதிபலிப்பு முறை!

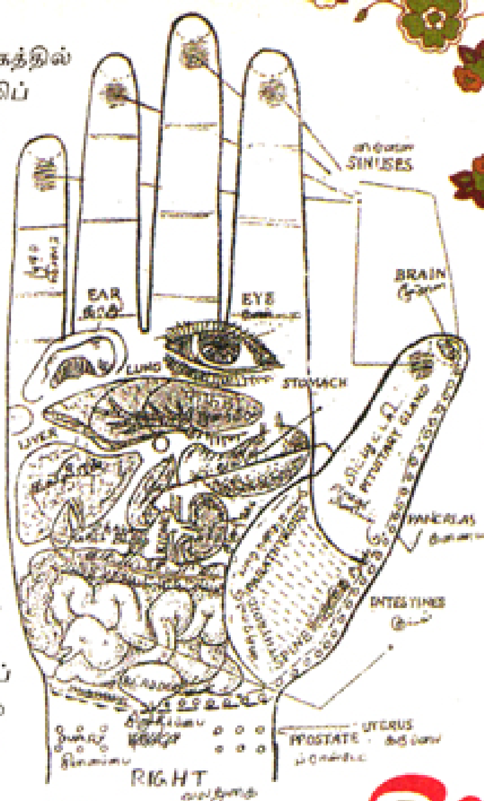
நுரையீரல், இதயம், வயிறு, சிறுகுடல், பெருங்குடல், கல்லீரல், கணையம், மண்ணீரல், தைராய்டு, அட்ரினல் போன்ற நாளமில்லா சுரப்பிகள், பிறப்பு உறுப்புகள் என்று எல்லாவற்றிற்கும் நம் கைகளில் பிரதிபலிப்பு இடங்கள் உள்ளன. இதயம், மண்ணீரல் இந்த உறுப்புகள் நமது இடது பாகத்தில் இருப்பதால், அவற்றின் பிரதிபலிப்புப் புள்ளிகள் நமது இடது கையில் மட்டுமே உள்ளன. கல்லீரல், பித்தப்பை இவ்வுறுப்

புகள் நமது உடலின் வலது பக்கத்தில் உள்ளதால் அவற்றின் பிரதிபலிப்புப் புள்ளிகள் நமது வலது கையில் மட்டுமே உள்ளன.

மற்ற எல்லா உறுப்புகளுக்கும் பிரதிபலிப்புப் புள்ளிகள் இரு கைகளிலும் உள்ளன. கட்டைவிரல் தலையின் பிரதிபலிப்பு. உள்ளங்கை மற்ற அனைத்து உறுப்புகளின் பிரதிபலிப்பு. விரல் நுனிகள் சைனஸ் புள்ளிகளாகும்.

படத்தில் நம் உறுப்புகளின் பிரதிபலிப்புப் புள்ளிகள் உள்ள இடங்கள் காட்டப்பட்டுள்ளன. கண், காது இவற்றின் பிரதிபலிப்புப் புள்ளிகளையும் படத்தில் காணலாம்.

உள்ளங்கையின் எல்லாப் புள்ளிகளிலும் அழுத்தம் கொடுக்கும்போது நம் உடலின்



29 ஆண்டு மலர்

உள்ளங்கையில் உடல்நலம்!

எல்லா உறுப்புகளும் பலம் அடைகின்றன. இதேபோல், தினமும் எல்லாப் புள்ளிகளிலும் முறைப்படி அழுத்தம் கொடுத்து வந்தால், வலிகள் மறைவதைக் காணலாம்.

நோய் அறியும் முறை:

நோய் அறியும் முறையும் இதில் உள்ளது. உள்ளங்கைகளில் கட்டைவிரலால் அழுத்தம் கொடுக்கும்போது, சில புள்ளிகளில் வலி ஏற்படலாம். அந்தப் புள்ளிகள் எந்த உறுப்புகளின் பிரதிபலிப்புப் புள்ளிகள் என்று அறிந்து, ஏற்பட்டுள்ள நோய் என்ன என்பதைக் கண்டறியலாம். வலி ஏற்



இன்ஸ்டன்ட் காபி கலக்கும்போது டம்ளரில் தூளைப் போட்டு, பிறகு கொதிக்கும் பாலை ஊற்றுங்க. பாலை ஊற்றிவிட்டு தூளைப் போட்டால் பாலிலிருந்து வரும் நீராவி, ஸ்பூனில் உள்ள தூளில் பட்டு கெட்டியாகிவிடும். ஸ்பூனை மீண்டும் பாட்டிலில் விடும்போது மொத்தத் தூளும் கெட்டியாகி விடும்.

– ஜெயா மகாதேவன், சென்னை – 41

பட்டுள்ள புள்ளிகளில் அழுத்தம் கொடுத்துத் தளர்த்தும்போது (Press and Release) அங்கு ஏற்பட்டுள்ள வலி குறைகிறது. அப்புள்ளிகளைச் சார்ந்த உறுப்புக்கள் நலமடைகின்றன.

கட்டை விரல் தலையைக் குறிக்கிறது. கட்டை விரலின் 1 என்ற புள்ளி மூளை, 2 எனும் புள்ளி பிட்யூட்டரி சுரப்பி, 3 என்பது பினியல் சுரப்பி, 4 என்பது மூளை நரம்புகள் ஒவ்வொன்றையும் முறையே 7 (ஏழு) முறைகள் அழுத்தம் கொடுத்துத் தளர்த்துவதால் மூளை கூர்மையடைகிறது. பிட்யூட்டரி, பினியல், இவை தலைமைச் சுரப்பிகளானதால், உடல் வளர்ச்சி சீரடைகிறது. மூளை நரம்புகள் பலம் அடைகின்றன.

ஆள்காட்டி விரல் நுனியிலிருந்து கீழ்ப்புறமாக நேர்க்கோட்டில் அழுத்தம் கொடுத்து வந்து மணிக்கட்டிற்குக் கீழே இரு புள்ளிகள் வரை வந்து, பிறகு வந்த வழியே சென்று ஆள் காட்டி விரல் நுனி வரை வந்து அழுத்தம் கொடுக்க வேண்டும். இதேபோல், மற்ற மூன்று விரல் நுனிகளிலும் ஆரம்பித்து மணிக்கட்டிற்குக் கீழ் இரு புள்ளிகள் வரை வந்து அழுத்தம் கொடுத்துத் திரும்ப வேண்டும். இதுபோல் ஒவ்வொரு விரலிலும் மூன்று முறைகள் செய்யும்போது, ஒவ்வொரு புள்ளியிலும் ஆறு முறைகள் அழுத்தம் கொடுக்கப்படுகிறது. இதனால் அனைத்து உறுப்புகளும் நலம் அடைகின்றன.

உள்ளங்கால்களில் அழுத்தம் கொடுப்பதைவிட உள்ளங்கைகளில் அழுத்தம் கொடுப்பது எளிமையானது.

இது பொதுவானது. இதைத் தவிர அவரவர் உடல் நிலைக்கேற்ப சில புள்ளிகளில் அதிக முறைகள் அழுத்தம் கொடுத்தல் வேண்டும்.

உதாரணங்கள்:-

1. நீரிழிவு நோய் உள்ளவர்கள் கணையம், கல்லீரல், மண்ணீரல் இவற்றில் முறையே அழுத்தம் கொடுத்து தளர்த்தும்போது இரத்தத்தில் சர்க்கரையின் அளவு படிப்படியாகக் குறைகிறது.

2. சைனஸ் பிரச்னை உள்ளவர்கள் விரல் நுனிகளில் தினமும் பத்து முறைகள் அழுத்தம் கொடுத்து தளர்த்தும்போது அப்பிரச்னை தீர்கிறது.

இதைத் தவிர, விரல் நுனிகளில் அழுத்தம் கொடுத்து தளர்த்தும்போது மன அழுத்தம் குறைந்து புத்துணர்வு பிறக்கின்றது.

– சி.ஜி. ஸ்ரீலக்ஷ்மி,
சென்னை

சேவை

''பலவிதமான ஆழ்ந்த அனுபவங்கள் நிறைந்த என்னுடைய சுறுசுறுப்பான வாழ்க்கையிலே, உள்ளத்தை உருக்கும் காட்சிகள் பலவற்றைக் காணும்பேறு எனக்குக் கிடைத்திருக்கின்றது. ஹரிஜன இயக்கம் சம்பந்தமான ஒரு நிகழ்ச்சியை விட அதிக உருக்கமான வேறு காட்சி எதுவும் என் நினைவில் இல்லை!'' என்று ஒரு நிகழ்ச்சியைப் பற்றி காந்தியடிகள் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

படகரா என்னுமிடத்தில் நடந்த பிரசங்கத்தின் போது, அங்கிருந்த பெண்கள் தங்கள் நகைகளைத் தரவேண்டும் என்று காந்தியடிகள் கேட்டுக்கொண்டார்.

பிரசங்கம் முடிந்தபின், கிடைத்த நன்கொடைகளை அவர் விற்றுக் கொண்டிருந்தபோது கௌமுதி என்ற மலையாளச் சிறுமி ஒருத்தி, மெள்ள மேடையேறினாள். அவள் ஒரு வளையலைக் கழற்றிக் காட்டி, காந்தியடிகளின் கையெழுத்துக் கிடைக்குமா என்று கேட்டாள். காந்தியடிகள் கையெழுத்திட முன்வந்தபோது இன்னொரு வளையலையும் கழற்றிவிட்டாள். அவள் கைக்கு ஒவ்வொரு வளையல்தான் அணிந்திருந்தாள். அப்பெண்ணிடம் காந்தியடிகள், ''இரண்டு வளையல்களையும் எனக்குத் தர வேண்டாம். ஒரு வளையலுக்கே நான் கையெழுத்துப் போட்டுவிடுகிறேன்'' என்றார்.

இதற்குப் பதிலளிக்கும்

வளையலுக்கு ஒரு கையெழுத்து!





29 ஆண்டு மலர்

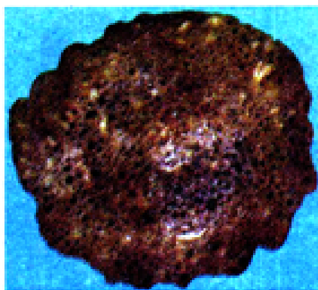
விதத்தில் அவள் தன்னுடைய தங்கச் சங்கிலியைக் கழற்றத் தொடங்கினாள். அதை இலேசில் கழற்ற முடியவில்லை. அவளுடைய நீண்ட கூந்தலில் மாட்டிக்கொண்டு அதைப் பிரித்தெடுக்க வேண்டியிருந்தது. ''உன்னுடைய பெற்றோர்களின் அனுமதியைப் பெற்றிருக்கிறாயா?'' என்று காந்தியடிகள் கேட்க, பதிலே இல்லை. மீண்டும் அவளுடைய கைகள் தாமாகவே காதுகளை எட்டின. கல் பதித்த தோடுகள் வெளியே வந்தன. பொதுமக்கள் வானதிர கோஷமிட்டனர். தங்களுடைய மகிழ்ச்சியை அவர்களால் அடக்கிக் கொள்ளவே முடியவில்லை.

கூச்சம் மிகுந்த அந்தச் சிறுமியிடமிருந்து காந்தியடிகள் பதில் பெறுவதற்குள் யாரோ ஒருவர், கூட்டத்தில் அவளுடைய தந்தை இருப்பதாகவும், அவரே காந்தியடிகள் போட்ட ஏலங்களில் கலந்து கொண்டு அவருக்கு உதவி செய்து வருவதாகவும், நல்ல காரியங்களுக்குப் பணம் கொடுப்பதில் தம் மகளைப் போலவே அவரும் தாராள மனக்காரர் என்றும் சொன்னார்.

கழற்றிய இந்த நகைகளுக்குப் பதிலாகப் புதிய ஆபரணங்களைப் போட்டுக்கொள்ளக் கூடாது என்பதை கௌமுதிக்கு ஞாபகப்படுத்தினார் காந்தியடிகள். இந்த நிபந்தனைக்கு அவள் உறுதியுடன் சம்மதித்தாள். ''நீ கொடுத்த நகைகளை விட உன்னுடைய தியாகமே உண்மையான ஆபரணமாகும்'' என்று கூறிய காந்தியடிகள் அவளுக்குக் கையெழுத்துப் போட்டுக் கொடுத்தார்.

– ஆர். காயத்ரி, ஈரோடு

டயபடீஸ் தோசை!



தேவை :

கோதுமை மாவு - 250 கிராம், கேழ்வரகு மாவு - 100 கிராம், அரிசி மாவு - 50 கிராம், ரவை - 50 கிராம், சின்ன வெங்காயம் - 150 கிராம், சீரகம், உப்பு-தேவைக்கு, கறிவேப்பிலை, மல்லி -சிறிது.

செய்முறை:

இவை நான்கையும் தண்ணீர் விட்டு தோசை மாவு பதத்திற்குக் கரைத்துக் கொள்ளவும். சின்ன வெங்காயத்தை நைசாக அரியவும். நறுக்கிய பச்சை மிளகாய், கறிவேப்பிலை, மல்லித் தழை சேர்க்கவும். சீரகம், மிளகைத் தூள் செய்து சேர்க்கவும். ருசிக்கேற்ப உப்பு சேர்த்து மெல்லியதாக ஊற்றவும். நன்கு சிவக்க, மொறுமொறுப்பாக வார்த்தெடுக்கவும். தொட்டுக் கொள்ள வெங்காயச் சட்னி மிக ருசியாக இருக்கும்.

– பி. விஜயா, திருச்சி

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

வழங்கும்

ஆன்மிகப் போட்டி - 1

ரூ. 5,000 பரிசு



என்ன வாசகர்களே...! புதிய போட்டிக்குத் தயாரா? பெருமைக்குரிய நமது இதிகாசங்கள், காவியங்கள், புராணம், திருக்கோயில்கள் போன்றவற்றிலிருந்து வினாக்களைத் தந்திருக்கிறோம். ஒவ்வொரு கேள்விக்குக் கீழே மூன்று பதில்கள் தரப்பட்டுள்ளன. சரியான விடையைத் தேர்ந்து '✓' பண்ணி அனுப்புங்கள். குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு தலா ரூ.250/- பரிசளிக்கப்படும்.. எங்கே உங்க ஆன்மிக அறிவை சோதிச்சுப் பாருங்க!

1. மிதிலையை ஆண்ட பிரபல மன்னன் யார்?
   (அ) துஷ்யந்தன் ☐ (ஆ) ஜனகர் ☐
   (இ) திருஷ்டத்யும்யன் ☐
2. நைவேத்யத்துக்குப் பொதுவாக வைக்கப் படும் கதலிபலம் என்பது என்ன?
   (அ) தேங்காய் ☐ (ஆ) ஊதுவத்தி ☐
   (இ) வாழைப்பழம் ☐
3. ராமாயணத்தில் இடம் பெற்ற கழுகு எது?
   (அ) சம்பாதி ☐ (ஆ) ஜாம்பவான் ☐
   (இ) தாரை ☐
4. முருகப் பெருமான் வள்ளியை மணம் புரிந்து காட்சி தந்தது எங்கே?
   (அ) பழனி ☐ (ஆ) திருத்தனி ☐
   (இ) சுவாமி மலை ☐



5. ஹரிஹரனின் முஸ்லிம் தோழர் யார்?

(அ) கோரி ☐ (ஆ) வாபர் ☐ (இ) ஜமால் ☐

6. ஆதிசங்கரர் கனகதாரா ஸ்தோத்திரத்தை எந்தக் கடவுள் மீது இயற்றினார்?

(அ) காமாட்சி ☐ (ஆ) லட்சுமி ☐

(இ) சாரதாதேவி ☐

7. துரியோதனன் கர்ணனுக்கு அளித்த ராஜ்யம் எது?

(அ) அங்கம் ☐ (ஆ) கலிங்கம் ☐

(இ) ஹஸ்தினாபுரம் ☐



8. மந்திராலயத்தில் உள்ள ஸ்ரீ ராகவேந்திரர் பிருந்தாவனம் எந்த நதிக்கரையில் கட்டப் பட்டுள்ளது?

(அ) துங்கபத்ரை ☐ (ஆ) கிருஷ்ணா ☐

(இ) கோதாவரி ☐

- ஜி.எஸ்.எஸ்.

போட்டி விதிகள் :

ஆன்மிக விடைகளை நிரப்பி இந்தப் பக்கத்தைக் கிழித்து அனுப்புங்க. ஒருவரே எத்தனை கூப்பன்கள் வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். ஜெராக்ஸ் கூடாது.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : ஆன்மிகப் போட்டி - 1, மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

கடைசித் தேதி : 15.02.2009

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : .... ஈ-மெயில் : ....

‘‘டாக்டர், உடல் வெயிட் குறைய ஏதாவது வழி சொல்லுங்களேன்.’’

‘‘அரிசியை ஒதுக்கிவிட்டு, கோதுமை மாவில் செய்த உணவுகள், அதாவது சப்பாத்தி, ரொட்டி சாப்பிடலாம்.’’

‘‘டாக்டர், எனக்கு ‘ப்ரோஸன் ஷோல்டர்’ இருக்கு, சப்பாத்தி எல்லாம் செய்யவே முடியாது.’’

‘‘தினமும் அரைமணி நேரம் வேக வேகமாக வாக்கிங் போகலாம்.’’

‘‘எனக்கு ஆர்த்தரைடீஸ் பிராப்ளம். வேகமாக நடந்தா முட்டி வலிக்கும்.’’

‘‘காலங்கார்த்தாலே வெறும் வயிற்றில் வெது வெதுப்பான நீரில் ஒரு ஸ்பூன் தேன் கலந்து சாப்பிடலாம்.’’

‘‘ஐயோ டாக்டர், நீங்க ஒரு ஸ்பூன் எடுத்துக் கொள்ளச் சொன்னீங்களே, அந்தப் பெயரை என் வாயால்





அன்று அதிகாலையிலேயே கரண்டு கட். நான் ஏகத்துக்கும் டென்ஷனாகி, ''இட்லிக்கு சட்னி, சாம்பார் எதுவும் செய்ய முடியாது'' எனக் கூறினேன். என்னவர் உடனே, ''மிளகாய்ப் பொடி, எள்ளுப் பொடி, சாம்பார் பொடி, மல்லிப் பொடினு எதையாவது வெச்சு, சாப்பிட வேண்டியது தானே!'' எனக் கூறினார்.

என் மகள் ஜனனிக்கு வந்ததே கோபம். ''ஏம்பா, எறும்புப் பொடியை விட்டுட்டீங்க?''. என்றாள் எரிச்சலுடன். அனைவரும் சிரித்து விட்டோம்!

– எஸ். மேகலா சுந்தர், பாளையங்கோட்டை

சொன்னால்கூட என் ஷுகர் மேலே ஏகிறிடும்.''

''ஜிம் போய் 'ட்ரெட்மில்' உடற்பயிற்சி செய்யலாமே?''

''ஏற்கெனவே ஹார்ட் என்லார்ஜ் ஆகியிருக்கு. இந்த லட்சணத்தில் ட்ரெட்மில்லில் உடற்பயிற்சி செய்தால், என் ஹார்ட் இன்னும் பெருசாகி, வேறே உறுப்புகளுக்கு இடமே இருக்காது.''

''எலுமிச்சம் பழத்தைப் பிழிந்து நீரில் கலந்து, உப்புப் போட்டுக் குடிச்சுப் பாருங்க.''

''டாக்டர், டாக்டர் என்ன, இப்படிச் சொல்லுறீங்க, விலைவாசி தாறுமாறா ஏறுவது மாதிரி என் 'பி.பி'யும் ஏறிடும். இருமல் வேறே வந்திடும்.''

''அடிக்கடி இருமல் வந்தால் பாலில் மஞ்சள் பொடி, மிளகுப்பொடி போட்டுக் குடியுங்க!''

''மிளகுப் பொடி 'உஷ்ணம்' டாக்டர். என் உடம்புக்குத் தாங்காது.''

''சாப்பாட்டில் ஒரு ஸ்பூன் நெய் சேர்த்துக்கிட்டா உஷ்ணம் குறையுமே.''

''கொலஸ்ட்ரால் ஜாஸ்தி ஆகுமே!''

''இப்போ புதுசா ஒரு மெஷின் வந்திருக்கிறது. ஒரு சேர், அதில் நீங்கள் உட்கார்ந்தால் உடம்பு முழுவதும், அதாவது உச்சந்தலையிலிருந்து உள்ளங்கால் வரை ஆடும்.''

''டாக்டர், டாக்டர் எனக்கு 'வர்டிகோ, ஸ்பான்டிலைடிஸ்' இருக்கு. அந்தச் சேர்ல உட்கார்ந்தால், ஆடற ஆட்டத்தில் உலகமே சுற்றும்.''

''அப்போ ஒண்ணு செய்யுங்கோ. ரிமோட்டைக் கையில் எடுத்துக்கிட்டு, கார்த்தாலேர்ந்து ராத்திரி வரை டி.வி சீரியல் எல்லாத்தையும் பாருங்கோ!''

''டாக்டர், நா ஐந்து வருஷமா இதைத்தான் பண்ணிக்கிட்டு வர்றேன். ஆனா, வெயிட் குறைஞ்சபாடு இல்லையே! வெயிட் குறைய என்னதான் செய்யறது. சொல்லுங்க டாக்டர்!''

– சுதா ஹரன், பெங்களூரு

வாயுப் பொருமலுடன் வயிற்றுப்போக்கும் ஏற்பட்டால் மிகவும் களைத்து விடுவோம்.
இதோ அதற்கு ஓர் எளிய மருந்து!

29 ஆண்டு மலர்

பூண்டு வெற்றிலை விழுது!

வெற்றிலை பெரியதாக - 1 (காம்பையும் நடுநரம்பையும் எடுத்து விடவும்)
பூண்டுப் பற்கள் - ஐந்து முதல் ஏழு வரை
உப்பு - 1 சிட்டிகை

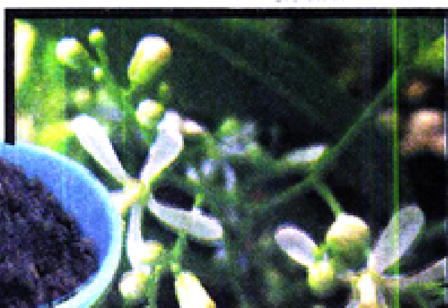
செய்முறை:
வெற்றிலையைக் கழுவி, பூண்டை உரித்துப் போட்டு, உப்பு ஒரு சிட்டிகை சேர்த்து அம்மியில் விழுதாக அரைக்கவும். வெந்நீர் அரை டம்ளர் எடுத்து அதில் விழுதைக் கலந்து பதமான சூட்டில் குடிக்கவும். உடனேயே பேதி யாவது கட்டுப் படும். இவ்வாறு மூன்று வேளையும் சாப்பிட்டால் முழு நிவாரணம் தெரியும்.

ஆகாரம்: வெண்ணெய் நீக்கிய மோர் சாதம். தொட்டுக் கொள்ள உரைப்பில்லாத நார்த்தங்காய்.
வெந்நீரில் 1 ஸ்பூன் சர்க்கரையும், 1 ஸ்பூன் உப்பும் கலந்து வைத்து, அவ்வப்போது குடித்தால் டீ ஹைட்ரேட் ஆகாமல் இருக்கும்.

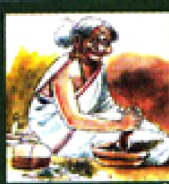
பித்தம் சரியாகுமே!

வேப்பம் பூ 1 கப் எடுத்து எண்ணெயில் வறுக்கவும். எண்ணெயில் பொரித்த பெருங்காயம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, ¼ ஸ்பூன் கடலைப் பருப்பு இவற்றுடன் ஒரு கொட்டை புளியும், தேவையான உப்பும் சேர்த்து, துவையலாக அரைக்கவும். சிறியதுண்டு சுக்கும், வெல்லமும் சேர்த்துக் கொண்டால் மேலும் நல்லது. அஜீரணம், குமட்டல், பித்த வாந்தி, சரியாகும்.

- சரோஜினி பாலன்,
சென்னை - 61



எலுமிச்சை அளவு - புளி
மிளகாய் பொடி - ½ ஸ்பூன்
மஞ்சள் பொடி - ½ ஸ்பூன்
வேப்பம் பூ - ½ கப்
பச்சை மிளகாய் - 2
பெருங்காயம் - 1 துண்டு
கடுகு - ½ ஸ்பூன்
நெய் (அ) எண்ணெய் - தாளிக்க
தேவையான அளவு - உப்பு



செய்முறை:

புளியைக் கரைத்து, உப்பு, மஞ்சள் பொடி, மிளகாய் பொடி சேர்த்து கொதித்து பச்சை வாசனை போனவுடன், தேவையான அளவு நீர் விட்டு, கொதித்த பின் இறக்கவும். பெருங்காயம், கடுகு, பச்சை மிளகாய் தாளித்து, வேப்பம்பூ போட்டு கருப்பாக ஆகும் வரை பொரிக்கவும். (கருகக் கூடாது) அதை ரஸத்தில் கொட்டவும்.

புஷ்டி ரஸம் ரெடி. வயிற்றுப் பிரட்டல், வயிற்றுபொருமல் ஆகியவற்றுக்கு நல்ல மருந்து. அம்மை நோய், சரும நோய் வராமல் காக்கும்.



புஷ்டி ரஸம் ரெடி!

29 ஆண்டு மலர்

கையை தூக்கவும் முடியாமல் அசைக்கவும் முடியாமல் திண்டாடி டாக்டரிடம் சென்றேன். ஃப்ரோஸன் ஷோல்டர்ஸ் என்று சொல்லி மாத்திரைகள் எழுதிக் கொடுத்து ஊசியும் போட்டார். 2, 3 வாரத்துக்குப் பிறகு தான் சரியாகலாம். அதன் பிறகு மெதுவாக எக்ஸர்சைஸ் ஆரம்பியுங்கள் என்றார். "உடற் பயிற்சியா...? வாழைத்தார்களைத் தூக்கு" என்றாள் என் தோழி! (கேலிக்காகத்தான்!)

வீட்டுக்கு வந்த என் பாட்டி, விஷயம் அறிந்து, கடுகு எண்ணெய் கால் கிலோ வாங்கிவரச் சொன்னார்.

ஒரு பெரிய கரண்டியில் ஒரு கரண்டி கடுகு எண்ணெய் விட்டு பத்து பூண்டுப் பற்களைப் போட்டு நன்றாகக் காய்ச்சினார். பூண்டு சிவந்து எண்ணெயிலிருந்து புகை வந்ததும் எடுத்து ஆறவைத்தார்.

கை பொறுக்கும் சூடு இருக்கும்போது கழுத்திலிருந்து தோள் பட்டை வழியாக கைகளில் இழுத்து சற்று இதமாக அழுத்தி இரண்டு கைகளிலும் தடவினார். கால் மணி நேரம் ஊறிய பிறகு வெந்நீரில் குளிக்க சொன்னார். இவ்வாறு மூன்று தினங்கள் செய்ததில் வலி பறந்துவிட்டது.

பரிகாசம் செய்த என் தோழியிடம் "நீ சொன்னபடி இரண்டு வாழைத் தார்களை இரண்டு கையாலும் தூக்கி கர்லா சுற்றியதில் சரியாகிவிட்டது" என்றேன்.

"வாழைத்தாரை தூக்கு!"



அழகான கருமையான அடர்த்தியான கூந்தலுக்கு 25 டிப்ஸ்!

29 ஆண்டு மலர்

★ தலையில் பொடுகு இருந்தால் முடி கொட்டும். பொடுகுத் தொல்லை நீங்க, எலுமிச்சம் பழ சாற்றைத் தலையில் நன்றாகத் தேய்த்து, இரண்டு அல்லது மூன்று மணி நேரம் கழித்து, வெதுவெதுப்பான நீரில் குளித்துத் தலையை நன்றாகத் துவட்டினால் பொடுகெல்லாம் போய் தலைமுடி செழித்து வளரும்.

★ பேன் தொல்லையா? பேனை ஒழிக்க துளசியை நன்றாக மைய அரைத்து, தலையில் நன்றாகத் தேய்த்து ஊறவும். வெதுவெதுப்பான நீரில் தலையை அலசிக் குளித்தால், பேனெல்லாம் செத்து விழுந்து விடும். அரிப்பு நீங்கி முடி நன்றாக வளரும்.

★ நரைமுடியா? காலையில் வெறும் வயிற்றில் இரண்டு கீற்று கறிவேப்பிலையைப் பச்சையாக சாப்பிட்டு வரவும். கறிவேப்பிலை, மருதாணி, செம்பருத்தி மூன்றையும் சம அளவில் கலந்து, மைய அரைத்து தலையில் தேய்த்துக் குளித்து வந்தால் நரைமுடி கறுப்பாகி விடும்.

★ வெற்றிலையை நன்றாக அரைத்து தலையில் தேய்த்து கொஞ்ச நேரம் ஊறியதும் தலையை அலசிக் குளித்தால் தலையில் உள்ள அரிப்பு நீங்கும். வலு மயிர்க்கால்கள் பெறும்.

★ வெயில காலத்தில், கறிவேப்பிலை, மருதாணி இலை, செம்பருத்தி இலை, கொஞ்சமாக வேப்பிலை ஆகியவற்றை வெயிலில் காய வைத்து பொடி செய்து வைத்துக் கொள்ளவும். முடிந்தபோது தண்ணீரில் குழைத்துத் தலையில் தேய்த்து இரண்டு மணி நேரம் ஊறி குளிக்கலாம்.

★ பூந்திக் கொட்டையை இரவில் கொதிக்கும் நீரில் போட்டு மூடி வைத்து காலையில் நன்றாகக் கசக்கினால் நல்ல நுரை வரும். அந்த நுரையை தலையில் தேய்த்து ஊறிக் குளித்தால், தலையில் உள்ள அழுக்கெல்லாம் நீங்கி தலை பளிச்சென்று சுத்தமாக இருக்கும்.



ட்ரை பண்ணிப் பாருங்க!



* மரு, மரிக்கொழுந்து, செம்பருத்திப் பூ, ரோஜாப்பூ, முல்லை, மல்லிகை போன்ற பூக்களில் எது கிடைத்தாலும் அவற்றை வெயிலில் நன்கு காய வைத்து பொடி செய்து கொள்ளவும். அதைத் தண்ணீரில் குழைத்துத் தலையில் தேய்த்துக் குளித்தால், தலைமுடி நல்ல வாசனையாகவும் மிருதுவாகவும் இருக்கும்.



* இரவில் வெந்தயத்தை ஊற வைக்கவும். காலையில் நன்றாக மைய அரைத்து தலையில் தேய்த்து ஊற வைத்துக் குளித்தால், தலைமுடி செழிப்பாக வளரும். உடலிலுள்ள சூடு தணிந்து, கண்களும் குளிர்ச்சியாக இருக்கும்.

* உடல் சூட்டினாலும் தலைமுடி உதிர்ந்து கொட்டும். அதனால் சூட்டைத் தணிக்க, வெயிலில் அலையக் கூடாது. பழ வகைகள், ஜூஸ் வகைகள், இளநீர், வெள்ளரி, நெல்லிக்காய், தக்காளி போன்றவற்றை சாப்பிடுவதால் தலைமுடி கொட்டுவது நிற்கும். கூடவே அடர்த்தியாகவும் வளரும்.

* கற்றாழையைக் கீறித்து அதன் உள்ளே இருக்கும் நுங்கு போன்ற விழுதைத் தலையில் தேய்த்து ஊற வைத்துக் குளித்தால், உடலிலுள்ள சூடு தணிவதோடு, தலை முடியும் நன்றாக வளரும். தலைமுடி பட்டுப் போல் நல்ல மிருதுவாகும்.

* வேம்பாளப் பட்டையை நன்றாக இடித்துத் தூளாக்கி தேங்காயெண்ணெயில் போட்டுக் குலுக்கி வைத்தால், ஒரு வாரத்தில் எண்ணெய் நல்ல சிவப்பு நிறமாக மாறும். சம்பங்கி விதையையும் இவ்வாறு செய்யலாம். அந்த எண்ணெயை வடிகட்டி தினமும் தலைக்குத் தடவி வந்தால் தலைமுடி கறுப்பாகவும் அடர்த்தியாகவும் வளரும்.

* காலையில் பள்ளி, கல்லூரி, அலுவலகம் செல்ல வேண்டிய அவசரத்தில் தலைக்கு எண்ணெய் தடவி வார முடியாது. அதனால் மாலை வீடு திரும்பியதும் அதற்காக ஒரு ஐந்து நிமிடம் ஒதுக்கி தலையில் எண்ணெய் தடவி நன்றாக அழுத்தி தேய்த்துச் சிக்கெடுத்து வாரி விட்டுத்தான் மறு வேலை பார்க்க வேண்டும். அலுப்பையும் சிரமத்தையும் பார்க்காமல் அவ்வாறு செய்தால்தான் மறுநாள் காலை தலை வாரி சிக்கெடுப்பது சுலபமாக இருக்கும்.

* நெல்லிக்காய் மலிவாகக் கிடைக்கும்போது வாங்கி துண்டங்களாக்கி, வெயிலில் காய வைத்துக் கொள்ளவும். அதற்கு நெல்லிமுள்ளி என்று பெயர். அதை வெந்நீரில் ஊற வைத்து அரைத்துத் தலையில் தேய்த்து ஊறிக் குளித்தால் தலை முடி கறுப்பாகவும், அடர்த்தியாகவும் வளரும்.

* நல்லெண்ணெயில், புழுங்கலரிசி, மஞ்சள் பொடி, சாம்பிராணி ஆகியவற்றைப் போட்டு அடுப்பில் வைத்து நன்றாகக் காய்ச்சி இறக்கியதும் கொஞ்சம் வேப்பிலை, வெற்றிலையைக் கிள்ளிப் போட்டு விடவும். அந்த எண்ணெயை தலைக்குத் தேய்த்துக் குளித்தால் சளி பிடிக்கவே பிடிக்காது. இவ்வாறு நிறைய காய்ச்சி ஒரு டப்பாவில் கொட்டி வைத்தால் தேவைப்பட்டபோது மிதமாகச் சூடுபடுத்தி தலைக்குத் தேய்த்துக் குளித்தால் ஜல தோஷம் வராது. முடியும் நன்றாக வளரும்.

* நல்லெண்ணெய், தேங்காயெண்ணெய், விளக்கெண்ணெய் மூன்றையும் சம அளவில் கலந்து அடுப்பில் சூடுபடுத்தி மிதமான சூட்டில் தலைக்கு தேய்த்து குளித்தால் கூந்தலுக்கு நல்ல போஷாக்கு. 'எண்ணெய் குளித்தல் எனக்கு ஒத்து வராது. சளி பிடிக்கும்'' என பயப்படுபவர்களும் தைரியமாகக் குளிக்கலாம்.

* ஷாம்பூக்குப் பதில் சீயக்காய், கடுக்காய், நெல்லி முள்ளி, பாசிப்பருப்பு, கடலைப் பருப்பு ஆகியவற்றை வெய்யிலில் நன்கு காய வைத்து அரைத்து வைத்துக் கொண்டால், எண்ணெய்க் குளியலுக்கு உபயோகிக்கலாம். தலைமுடி கறுப்பாக, அடர்த்தியாக வளரும்.

* துவரம் பருப்பை இரவில் ஊற வைத்து காலையில் அதை எடுத்து நன்றாக அரைத்து தலையில் தடவி ஊறிக் குளித்தால், தலைமுடி கறுப்பாக அடர்த்தியாக வளரும்.

* இரவில் அதிக நேரம் கண் விழித்துத் தூக்கம் கெட்டாலும், முடி கொட்டும். அதனால் சீக்கிரம் படுத்துத் தூங்கி விட்டு, காலையில் எழுந்து எல்லா வேலைகளையும் சுறுசுறுப்பாகப் பார்க்கப் பழக வேண்டும். தூக்கம் வரும்போது வலுக்கட்டாயமாக வேலை செய்யாமல், தூங்கி விழித்ததும் சுறுசுறுப்பாகச் செய்யலாம்.

* உடல் சூடாக இருந்தாலும் தலைமுடி கொட்டும். மின் விசிறி, ஏ.சியில் உண்டாகும் காற்று சூடானது. முடிந்த அளவு தவிர்க்கவும். மாலை நேரத்தில் குளிர்ந்த இயற்கை காற்று உடம்பில் படும்படி நடக்கவும். உடல் சூடு தணிந்து தலைமுடி நன்றாக வளரும்.

* அதிக உணர்ச்சி வசப்பட்டாலும், கோபப்பட்டாலும் தலைமுடி கொட்டும். அதனால் பொறுமையாகவும் நிதானமாகவும் இருப்பது நல்லது.

* தலைமுடியைக் கட்டாமல் விரித்துப் போட்டிருந்தால் முடி சிக்காகிக் கொட்டும். தலையைப் பின்னிக் கொள்வது நல்லது! இரவில் வாழை நாரை ஊற வைத்து, தலை பின்னி வாழை நாரால் கட்டினால் நன்றாக முடி வளரும்.

* தலைக்குத் தேய்த்துக் குளித்ததும் உடனே தலையைத் துண்டால் துவட்டி நன்கு காய வைக்க வேண்டும். இல்லாவிட்டால் தலை பிசுபிசுப்பாகி முடி கொட்ட நேரிடும். அதனால் உடனேயே காய வைத்து சிடுக்கு எடுத்து விட வேண்டும்.

* உணவில் புரோட்டீன் சத்துள்ளவற்றை நிறைய சேர்க்க வேண்டும். பாசிப்பயறு, கடலை பருப்பு, சென்னா போன்றவற்றை சுண்டல் செய்து சாப்பிடலாம். காய்கறிகள் சேர்த்து, துவரம் பருப்பு, பாசிப் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு போட்டு கூட்டாகச் செய்யலாம். பொட்டுக் கடலை, வேர்க்கடலை, முளை கட்டிய பயறு சாப்பிட்டால் முடி நன்கு வளரும்.

* கீழா நெல்லி, கையாற் தாழை எனப்படும் கரிசலாங்கண்ணி ஆகியவற்றை அரைத்துத் தலைக்குத் தேய்த்து ஊறிக் குளித்தால், முடி கறுப்பாக அடர்த்தியாக வளரும். கரிசலாங் கண்ணி கூந்தலுக்கு கருமையைக் கொடுக்கும். கீழா நெல்லி குளிர்ச்சியைத் தரும். கரிசலாங் கண்ணி, பொன்னாங்கண்ணி மற்றும் எல்லா வகை கீரைகளும் கூந்தல் செழிப்பாக வளர உதவும்.

* நாகப்பட்டினத்தில் உள்ள நெல்லுக் கடை மாரியம்மன் கோயிலில் அம்மனிடம், 'கூந்தல் வளர வேண்டும்' என வேண்டிக்கொண்டு பிராகாரத்தில் புதிதாக துடைப்பம் வாங்கி வைத்தால் முடி நன்றாக வளரும் என்பது நம்பிக்கை.

– ஆர். பட்டம்மாள், கும்பகோணம்



ரீங்கரிக்கும் மணியோசை!

✉ பி.சரோஜாதேவியின் வாழ்க்கை அனுபவங்கள், ஆலயமணி ஓசையாக காதுகளில் ரீங்காரமிட்டுக் கொண்டே தான் இருக்கிறது.

- மஞ்சுளாபாய், சென்னை - 39

✉ மங்கையர் மலர் வாங்கியவுடனே விரும்பிப் படித்தது 'தொட்டால் பூ மலரும்' தொடரைத்தான். சரோஜாதேவியின் திரைப்படங்கள் பார்க்கப் பார்க்க அலுக்காதவை. எத்தனை ஆண்டுகள் கடந்து பார்த்தாலும் ரசிக்கக் கூடியவை. அந்தச் சிறப்பை அவருடைய தொடரிலும் ரசித்தேன்.

- திலகவதி, தேனி

✉ நடிகை சரோஜாதேவியின் தொடர் 'நறுக்'கென்று முடிந்தாலும் நறுவிசாக இருந்தது. கட்டுரைக்குக் கூடுதல் அழகு, அவருடைய அரிய புகைப்படங்கள். அதிலும் சென்ற இதழில் அவருடைய அந்தக் காலத் தோழியரைப் பற்றிய குறிப்புகள்... பூவின் மகரந்தம்!

- ஜே.சி. ஜெரினாகாந்த், சென்னை - 16

✉ கண்டைத்துப் பைங்கிளி, 12 இதழ்களாக நம்மோடு பகிர்ந்து கொண்ட அனுபவங்கள் பாலும் பழமும் போல சுவையானவை. அந்த இனிய சிநேகிதியோடு உரையாடி மகிழ்ந்து சந்தோஷ அனுபவத்தோடு விடைபெற்ற உணர்வு, தொடர் முடிவுற்றபோது மனத்தில் வேதனையாகப் பரவியது. மறக்க முடியாத தொடர்!

- த. சத்தியநாராயணன், அயன்புரம்

✉ சரோஜாதேவியின் மலரும் நினைவுகளை இவ்வளவு சீக்கிரமாக முடித்து விட்டீர்களே! இன்னும் கொஞ்சம் வந்திருக்கலாம் என ஏக்கப் பெருமூச்சு விட வைத்துவிட்டீர்கள்.

- எம். லெட்சுமி, பத்தமடை

வாசகர் கடிதங்கள்

✉ 'பெண்ணே நீ வாழ்க!' கடைசி அத்தியாயத்தில் அன்பான தாய் - தந்தையாய் அர்த்தநாரீஸ்வரர் அவதாரம் எடுத்துவிட்டார் சுகி சிவம். 'குழந்தை, தாயின் கைதி அல்ல! சுதந்திரமான உயிர்!' எவ்வளவு யதார்த்தம்! சர்ச்சைகள் பல வந்தன என்றாலும் குணம், குற்றம், மிகை நாடுவோமே!

- சீனு சந்திரா, சென்னை - 4

✱ 'ஆண் எப்போதும் மூளையின் மூலமாகப் பேச முற்படுகிறான். பெண் எப்போதும் இதயத்திலிருந்து பேசவே விரும்புகிறாள்' என்ற சுகிசிவத்தின் வரிகள்

அன்பான கணவர், அருமையான தாயார் பற்றி மிக அழகாக எழுதியிருந்தார். தன் பெண் பார்க்கும் படலம் பற்றியும், தன் திருமணம் பற்றியும் ஒரு திரைப்பட இயக்குநர்கூட இத்தனை அழகாக விவரித்திருக்க முடியாது.

- உமா மோகன்தாஸ், திண்டுக்கல்-1

‘தொட்டால் பூ மலரும்’ தொடர் மூலமாக ‘அபிநய சரஸ்வதி’ பி. சரோஜாதேவி, மங்கையர் மலரின் ஒவ்வொரு வாசகருடனும்

அருமை! தொடரட்டும் இது போன்ற தொடர் கட்டுரை!

- பத்ம. சிவாஜி, நீடாமங்கலம்

தாய் என்பவள் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பதை வெகு அழகாகக் குறிப்பிட்டுள்ளார். தொடர் முடிந்துவிட்டதை நினைத்தால் தான் கவலையாக இருக்கிறது.

- ஜி. காயத்ரி, சேலம் - 3

பெண்களைப் போற்றி, பாராட்டி, பெருமைப்படுத்தும் அதே நேரத்தில், அவர்களிடம் உணர்ச்சிவசத்தால் ஏற்படக்கூடிய தவறுகளை, மனம் நோகாமல், மக

நேரில் உரையாடியதைப் போன்ற உணர்வு ஏற்பட்டது என்றால், அதற்கு அத்தொடரைத் தொகுத்துத் தந்திருந்த பொறுப்பாசிரியர் அனுராதாசேகர்தான் காரணம் என்பதில் சற்றும் சந்தேகமில்லை!

- எஸ். மும்தாஜ், சென்னை - 93

ளுக்குப் புத்திமதி கூறுவது போல கூறிய ‘பெண்ணே நீ வாழ்க’ தொடர் ஆரம்பித்ததே தெரியாமல் வேகமாக முடிந்தும் போனது.

- ஜி. பிரேமா, தர்மபுரி

பலவழிகளிலும் பெண்மையைப் போற்றி, குழந்தை பிறக்கும்போது தாயும் பிறக்கிறாள் என்று உணர்த்தி பெண்மையைச் சிறக்க வைத்து விட்டார்.

- என். சீத்தாலட்சுமி, சென்னை - 40

அந்தக் காலப் பாட்டி முதல் இக்கால மருத்துவர்கள் வரை கூறும் அறிவுரைகளை ஆணித்தரமாக எழுதிய, சுகிசிவத்துக்கு நன்றி!

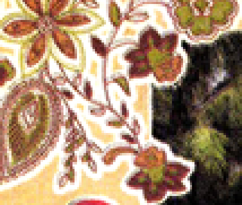
- தேவசேனா, சென்னை-18

ஒரு மாணவியாக, தாயாக இருக்கும் ஒவ்வொரு பெண்ணும் தமது வாழ்வில் இதுவரை உணர்ந்திராத பல உண்மைகளை, மாற்றங்களைக் கண்டிருப்பார்கள் என்பது நூறு சதவிகித உண்மை.

- எஸ். புவனேஸ்வரி, ஸ்ரீரங்கம்

அர்த்தநாரீஸ்வரர் அவதாரம்!





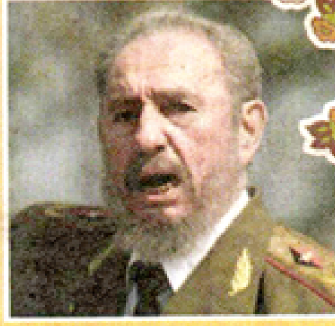


திருடனைக் காட்டிக்

★ விளையாட்டுப் பொருட்கள் விற்கும் கடை. அங்கே ஒரு பெண்மணி, தலையில் ஹெட்ஃபோன் செட் போல ஒன்றை அணிந்து கொள்கிறாள். நுரைப் பந்து ஒன்றை உற்று நோக்குகிறாள்... பந்து மெள்ள மேலெழும்பி அவள் பார்வை போகும் இடம் எல்லாம் செல்கிறது... இது மந்திரமோ, தந்திரமோ இல்லை! 'Mind Flex' எனப்படும் புதிய விளையாட்டு. அமெரிக்காவில் பொம்மைகள் தயாரிக்கும் மேட்டல் சொல்கிறார். ''இது கண்ணும் மனதும் ஒருமிக்கும் விளையாட்டு. கொஞ்சம் ரிலாக்ஸ் ஆனால் பந்து கீழே விழுந்து விடும்.''

* இண்டர்நெட் பார்க்க இனி கம்ப்யூட்டர் தேவையில்லை. டி.வி.யிலேயே பார்க்க முடியும். எல்.ஜி, சாம்சங், சோனி போன்ற நிறுவனங்கள் வெப்சைட் மூலம் படங்களை டவுன் லோட் செய்து பார்க்கும் வகையில் டி.வி.க்களை உருவாக்கப் போகின்றன! இன்னும் இரண்டே ஆண்டுகளில் விற்பனைக்கு வந்துவிடும்! நெட்டிலும் மெகா சீரியல்கள் வருமா?

★ கையடக்கமான சிறு ஃபோன் ஒன்று, ஓர் எலக்ட்ரானிக் நிறுவனத்தின் புதிய கண்டுபிடிப்பு. இதில் எண்களை அழுத்த வேண்டாம்.



கொடுத்த கொசு!

பார்த்தாலே போதும். அதில் உள்ள சென்சார் மூலம் எதிர்முனையில் இருப்பவருடன் பேச முடியும்! இதுவும் விற்பனைக்கு வர இருக்கிறது!

★ ஸ்ரீநிவாஸ் மூர்த்தி, மஞ்சுநாத், அஷோக் - மூவரும், தூர்தர்ஷனின் கன்னட சேனலான 'சந்தனா'வில் செய்தி வாசிப்பாளர்களாக நியமிக்கப்பட்டனர். இதில் என்ன புதுமை என்கிறீர்களா? இவர்கள் மூவரும் பிறவியிலேயே பார்வை இழந்தவர்கள். பிரெய்ல் முறையில் பட்டம் படித்து வரும் இருபது வயது இளைஞர்கள். பிரெய்ல் முறையை அறிமுகப்படுத்திய லூயி பிரெய்லின் பிறந்தநாளான ஜனவரி 4ம் தேதி அன்று இவர்கள் பணியில் சேர்ந்தனர் என்பது இன்னொரு தகவல்.

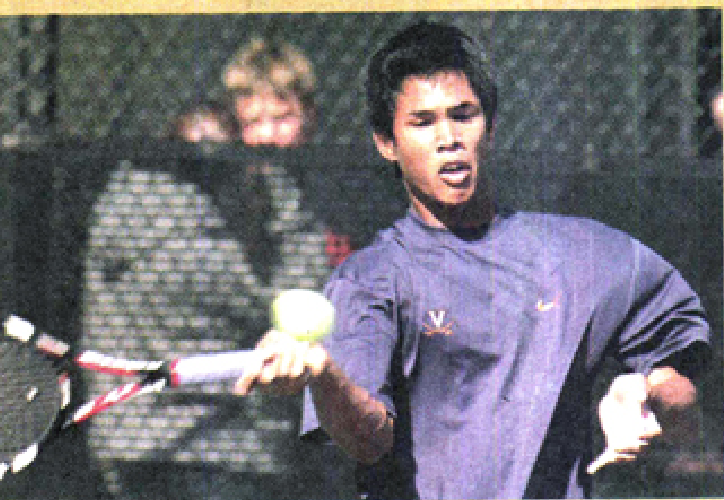
★ முன்பு மும்பையில் நடந்த தொடர் குண்டு வெடிப்பு வழக்கில் கைதாகி ஜாமீனில் வெளிவந்திருக்கும் பாலிவுட் நடிகர் சஞ்சய்தத், சமாஜ்வாடி கட்சியில் சேர்ந்திருக்கிறார். லக்னோ தொகுதியில் வேட்பாளராக நிறுத்தப்படுவார் என்கின்றன அக்கட்சியின் பட்சிகள்.

★ கடந்த ஆண்டு அக்டோபர் மாதம் விண்ணில் ஏவப்பட்ட இந்தியாவின் சந்திராயன் விண்கலம், சந்திரனிலிருந்து 100 கி.மீ தூரத்தில் இருந்துகொண்டு புகைப்படங்களை அனுப்பி வருகிறது. 100 நாட்களை வெற்றிகரமாகக் கடந்திருக்கும் சந்திராயன், முதல் 75 நாட்களில் 40,000 புகைப்படங்களை அனுப்பியிருக்கிறது.

★ மற்றமொழி டெரர்



நியூ(ஸ்)மார்ட்



இரண்டும் புகழ் பெற்ற சீனத்து பாண்டா கரடிகள்... 1949ல் சீனாவை விட்டுப் பிரிந்த தைவான் நாட்டுக்கு இவை நட்புப் பரிசாக அனுப்பப்பட்டன. இவற்றின் பெயர்களின் பொருள்...'ரீ யூனியன்'

* பின்லாந்து நாட்டில் ஒரு கார் திருடு போய் பின்னர் உடனே ஒதுக்குப்புறத்தில் கண்டெடுக்கப்பட்டது. யார் திருடியிருப்பார்கள்? காருக்குள் இருந்த ஒரு கொசுவைப் பிடித்து, அது குடித்த (அல்லது கடித்த) ரத்தம் எந்த மனிதனுடையது என்று கண்டுபிடிக்க, டி.என்.ஏ ஆய்வு நடத்தினர். ஒரு பழைய கார் திருடனின் ரத்தத்தோடு அது ஒத்துப் போக, அவன் பிடிபட்டான். (ஆனால், அவன் அந்தக் காரை, தான் திருடவில்லை, லிஃப்ட் தான் கேட்டு வந்ததாகச் சொல்வது தனிக் கதை!) சிறு கொசுவும் துப்பு துலக்க உதவும்!

★ அழிந்து போனதாகக் கருதப்பட்ட வொயிட் பேக்ட் (White backed), கிங், நெஃப்ரான் வகை பருந்துகள் சமீபத்தில் சத்தியமங்கலம் காடுகளில் தென்பட்டன.

★ சமீபத்தில் சென்னை - ஓப்பன் டென்னிஸ் போட்டிகளில் இந்தியாவின் சோம் தேவ் தேவ் வர்மன் அபாரமாக ஆடி இறுதிச் சுற்றுக்குத் தகுதி பெற்றார். ஆனால் இறுதிப் போட்டியில் குரோஷிய வீரர் 'சிலிக்'குடன் கடுமையாகப் போராடியும், சிலிக்தான் வெற்றி பெற்றார்.

படங்களைத் தமிழில் எடுப்பது, கமல ஹாசனுக்குப் பிடிக்கும். 'எ வெட்னெஸ்டே' என்ற ஹிந்திப் படத்தை தமிழில் எடுக்கப் போகிறார். நஸிருதீன் ஷாவும் அனுபம் கெரும் நடித்த கதாபாத்திரங்களில் முறையே கமல ஹாசனும், மோகன்லாலும் நடிக்கவிருக்கிறார்கள். அப்ப 'மர்மயோகி' அம்புட்டுதானா?

★ கம்யூனிச நாடான கியூபாவின் அதிபர் ஃபிடல் காஸ்ட்ரோ உடல் நலக்குறைவால் பதவி விலகினார். அவரது சகோதரர் ரால் காஸ்ட்ரோ கடந்த வருடம் பிப்ரவரி மாதத்திலிருந்து அதிபர் பதவியில் இருந்து வருகிறார். தனது சொந்தப் பணத்தில் சொந்த வீடு கட்டிக்கொள்ளும் உரிமை, அண்மையில்தான் கியூபா மக்களுக்கு வழங்கப்பட்டு உள்ளது. சொந்த மொபைல் ஃபோன், கம்ப்யூட்டர் வைத்துக் கொள்ளவும்கூட... ஆனால் சாதாரண கியூபா குடிமகனுக்கு மாதச் சம்பளம் 850 ரூபாய் என்பதால், அவனுக்கு இவையெல்லாம்... எட்டாத விஷயங்கள்.

★ துவான்துவான், யுவான் யுவான்

தொகுப்பு: **பத்மினி பட்டாபிராமன்**

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/170/09-11 - Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/09-11 - Registered as a Newspaper in Srilanka


மங்கையர் மலர்
பிப்ரவரி 2009
MANGAYAR MALAR
ஹே... இது நம்ம ஸ்கூட்டர்!
e-ஸ்கூட்டர்!
டுர்...ர்...ர்...

டீ ஷர்ட் வாசகப் போட்டி





இப்பல்லாம் பொன்மொழி, பழமொழி எல்லாம் அவுட் ஆஃப் ஃபேஷன் ஆயிடுச்சு. எங்க பார்த்தாலும் டீ ஷர்ட் மொழிகள்தான் கலக்கிட்டிருக்கு. கொடுக்கப்பட்டிருக்கும் படத்திற்கேற்ப 'நச்'சென்று நாலு வார்த்தையில் டீ ஷர்ட் வாசகத்தை இந்தக் கட்டத்துக்குள் எழுதி அனுப்பவும். பிரசுரமாகும் சுவையான 5 வாசகங்களுக்கு தலா ரூ.100/- பரிசு.

கடைசித் தேதி: 12.2.09





பெயர் : ....

வகுப்பு : .... ஈ மெயில் ....

கல்லூரி : ....

....

வீட்டு முகவரி : ....

....

....

....

"பெட்ரோல் விற்கிற விலையில் டூ வீலர் கட்டுப்படியாகாது"

" உனக்கு டூ வீலர் வாங்கிக் கொடுத்தா, ஸ்பீசுடா ஓட்டுவே"

இப்படி எல்லாம் சாக்கு சொல்லி உங்கள் பையனுக்கோ, பெண்ணுக்கோ டூ வீலர் வாங்கிக் கொடுப்பதை இனிமேல் தள்ளிப் போட முடியாது. பிரபலமான பி.எஸ்.ஏ. சைக்கிள் தயாரிக்கும் டி.ஐ.குழுமம் பெட்ரோல் இல்லாமல், மின்சாரத்தில் ஓடும் புதுமையான Eஸ்கூட்டர் களை அறிமுகப்படுத்தி இருக் கிறது.

டூர்...ர்...ர்...



இந்தக் காலத்து மாடர்ன் யுவதிகளுக்காகவே ஸ்பெஷலாக கண்ணைப் பறிக்கும் ஐந்து கலர்களில் சூப்பராக டிசைன் செய்யப்பட்டிருக்கும் ஈ ஸ்கூட்டர் 'திவா.'



ஸ்கூலில் படிக்கும் 'டீன் ஏஜ்'' களுக்கானது ஸ்மைல். ஸ்மைலைப் பற்றி, பெற்றோர்களுக்கு ஆறுதலாக ஒரு செய்தி - இதன் அதிகபட்ச ஸ்பீட் மணிக்கு 25 கி.மீ.தான்.

e-ஸ்கூட்டர்!!



ஸ்போர்ட்ஸ் பைக் போன்ற தோற்றத்தில் கல்லூரி மாணவர்களைக் கவரும்படி வடிவமைக்கப்பட்டுள்ள ஸ்ட்ரீட் ரைடர் ஆண்களுக்குப் பிடித்த வண்ணங்களில் வருகிறது.

500 வாட்ஸ் இஞ்சின் பவரில் அம்மாவும் மகளுமாகவோ, அல்லது அம்மாவைப் பின்னால் உட்கார வைத்துக் கொண்டு மகளோ ஓட்ட வேண்டுமென்றால் உங்கள் தேர்வு ரோமாராகவே இருக்கும். அதிக பட்ச வேகம் மணிக்கு 40 கி.மீ.





800 வாட்ஸ் பவர் இஞ்சின் கொண்ட சக்தி வாய்ந்த ஸ்கூட்டரான ரோமர் பிளஸ்சில் ஜோடியாக வலம் வரலாம். மணிக்கு 45 கி.மீ. ஸ்பீடில் போகலாம்.

ROAMER+

இந்த ஈ ஸ்கூட்டர்கள் அறிமுகமான உடனேயே இளைய தலைமுறையினரிடம் எக்கச்சக்க வரவேற்பைப் பெற்றுள்ளன. இவற்றில் முதல் மூன்று மாடல்களை 'ஸ்மைல்', 'திவா', 'ஸ்ட்ரீட்ரைடர்' ஓட்ட டிரைவிங் லைசன்ஸ் தேவையில்லை; இந்த ஸ்கூட்டர்களுக்கு ரெஜிஸ்டிரேஷனும் அவசியமில்லை.

இந்த ஈ ஸ்கூட்டர்களில் உள்ள பேட்டரியை ஆறு முதல் எட்டு மணி நேரம்வரை ஒருதடவை சார்ஜ் செய்து விட்டால் 50 முதல் 70 கி.மீ தூரம் வரை ஜாலியாக பயணம் செய்யலாம். கிலோமீட்டருக்கு 8 முதல் 12 பைசாதான் செலவு. 40 ஆயிரம் கிலோமீட்டருக்கு ஒருமுறை பேட்டரியை மாற்றினால் போதும். பெரிசாக வேறு பராமரிப்பு செலவும் கிடையாது.

* கே.பி.ஸ்ரீநிவாஸன்,
பொது மேலாளர்,
பி.எஸ்.ஏ மோட்டார்ஸ்



வாகனங்களுக்கான மாற்று எரிபொருள் குறித்து உரத்த சிந்தனை நடக்கும் இந்தக் காலகட்டத்தில் அறிமுகமாகி இருக்கும் இந்த ஈ ஸ்கூட்டர்கள் காலத்தின் கட்டாயம் என்றால் மிகை இல்லை

கைப்பை முதலானவற்றை வைத்துக் கொள்ள நிறைய ஸ்டோரேஜ் வசதி கொண்ட இந்த ஈ ஸ்கூட்டர்களில் பயணத்தின்போதே மொபைல்ஃபோனை சார்ஜ் செய்து கொள்ளும் வசதியும் விரைவில் அறிமுகப்படுத்தப்பட உள்ளது.

மேலும் விவரங்களுக்கு:-
1800-209-4488; 09225504488
www.bsamotorsindia.com

உயரே... உயரே...

ஐ.ஏ.எஸ்.- சொல்லும்போதே ஓர் இன்பமும், கம்பீரமும் தானாகத் தலை தூக்கும். நிறைய அதிகாரம் கொண்ட பதவி. அரசு சேவைகளில் (போக்குவரத்து உட்பட) நிறைய சலுகைகள் உண்டு. மற்றபடி சம்பளம் அதிகம் என்று சொல்லிவிட முடியாது. என்றாலும் இந்தியாவை வல்லரசாக்கும் கனவு கொண்ட இளைஞர்கள் மற்றும் இளம் பெண்களுக்கான அற்புத நுழைவாயில்...

2 ஆண்டு மலர்

இது புதுசு!

சிவில் சர்வீசஸ் தேர்வு என்பது...

ஐ.ஏ.எஸ். ஆக சிவில் சர்வீசஸ் தேர்வில் வெற்றி பெற வேண்டும். அது சுலபமல்ல. சுமார் ஒரு வருடத்துக்காவது அது இழுத்துச் செல்லும். இந்தத் தேர்வுகளை நடத்துவது UPSC என்கிற யூனியன் பப்ளிக் சர்வீஸ் கமிஷன்.

இந்தத் தேர்வுகளை எழுதுபவர் பல்வேறு அரசுப் பதவிகளில் சேர வாய்ப்பு உண்டு. என்றாலும் பலரது கனவும் ஐ.ஏ.எஸ்.தான். கலெக்டர் கனவு! தேர்வுகளில் க்ரூப் ஏ-வில் உச்சமாகக் கருதப்படுபவை IAS, IFS, IPS ஆகியவை. இதே பிரிவில் உள்ள பிற துறைகள் கஸ்டம்ஸ், எக்சைஸ், ரெவின்யூ, போஸ்டல் ஆகியவை.

IAS, IPS பதவிகளில் இந்தியர்களுக்கு மட்டுமே



ஹைய்யா... நான் கலெக்டராயிட்டேன்!

ஜி.எஸ்.எஸ்

அனுமதி. பிறவற்றுக்கு நேபாளம், பூடான், திபத் அகதிகளுக்கும் அனுமதி உண்டு.

பட்டதாரிகள் மட்டுமல்ல. பட்டப் படிப்பை கடைசி வருடம் படிப்பவர்கள்கூட இந்தத் தேர்வை எழுதலாம். 21 - 30 வயதுக்குள் அதிகபட்சம் நான்குமுறை எழுதலாம். OBC என்றால் ஏழு முறையும், SC, ST என்றால் எவ்வளவு முறை வேண்டுமானாலும் எழுதலாம்.

விண்ணப்பிக்கும் விவரம்:

நவம்பர் அல்லது டிசம்பர் மாதத்தில் 'எம்ப்ளாய்மெண்ட் நியூஸ்' இதழில் இது குறித்த அறிவிப்பு வரும். போஸ்டல் ஆர்டர் அனுப்பி UPSC அமைப்பிடமிருந்து விண்ணப்பத்தைப் பெறலாம். விண்ணப்பம் சுமார் 20 ரூபாய். ஜனவரி மாதத்தின் ஒரு குறிப்பிட்ட தேதிக்குள் விண்ணப்பத்தை அனுப்ப வேண்டியிருக்கும். மார்ச் அல்லது ஏப்ரலில் ஹால் டிக்கெட் வந்து விடும்.

ஒவ்வொரு ஆண்டும் மே மாதம் மூன்றாம் ஞாயிறன்று நுழைவுத் தேர்வு நடைபெறும். இறுதித்தேர்வு அக்டோபர்- நவம்பரில் நடைபெறும்.

நுழைவுத் தேர்வு

நுழைவுத் தேர்வில் பொதுக்கல்வி (General Studies - 150 மதிப்பெண்கள்), விருப்பப் பாடம் (300 மதிப்பெண்கள்) என்று இரண்டு தாள்கள். இதில் நெகடிவ் மதிப்பெண் முறை உண்டு. அதாவது தவறான விடைகளைத் தேர்ந்தெடுத்தால் மதிப்பெண்களைக் குறைத்துவிடுவார்கள்.

முதல் தாளில் இந்திய அரசியல், இந்தியப் பொருளாதாரம், இந்திய வரலாறு, சமீபத்திய சம்பவங்கள், தினசரி அறிவியல், புள்ளி விவரங்களின் அடிப்படைத் தன்மைகள் ஆகியவை தொடர்பான கேள்விகள் இடம் பெறும்.

ஜூலை அல்லது ஆகஸ்ட்டில் நுழைவுத் தேர்வின் ரிசல்ட் வெளியாகிவிடும். வென்றவர்கள் இறுதித் தேர்வை எழுதலாம்.

இறுதித் தேர்வு

இறுதித் தேர்வில் ஒன்பது பேப்பர்கள்

★ பதினெட்டு இந்திய மொழிகளில் ஏதாவது ஒன்று.

★ ஆங்கிலத் தகுதிக்கான தேர்வு

மேற்கூறிய இரண்டும் தகுதிக்கானவை.

★ ஒரு பொதுக்கட்டுரைத் தேர்வு (அதிக மதிப்பெண் 200)

★ இரண்டு பொது அறிவுத் தேர்வுகள். ஒவ்வொன்றிலும் அதிகபட்ச மதிப்பெண் 300

★ நான்கு விருப்பப் பாடங்கள் (ஒவ்வொன்றிலும் அதிகபட்ச மதிப்பெண் 300)

(ஆங்கிலப் பாடத்தை தவிர மற்றவற்றைத் தமிழிலும் எழுதலாம்)

இப்படி மொத்த மதிப்பெண்கள் 2,000. இதோடு நேரடித் தேர்வுக்கான 300 மதிப்பெண்களும் சேர்க்கப்பட்டு, மிக அதிக மதிப்பெண்கள் பெற்றவர்களுக்கு அவர்கள் விரும்பும் வரிசையில் (பெரும்பாலும் ஐ.ஏ.எஸ், ஐ.பி.எஸ், ஐ.எஃப்.எஸ்) என்றுதான் இவை முறையே இருக்கும்) பதவிகள் அளிக்கப்படும்.

நேர்முகத் தேர்வு டெல்லியில்தான் நடக்கும். இதற்கு 300 மதிப்பெண்கள்.

தேர்வில் அதிக மதிப்பெண் கள் பெற சில டிப்ஸ்:-

★ கடந்த சில ஆண்டுகளில் கேட்கப்பட்ட கேள்விகளைக் கொண்டு இந்த இந்தப் பாடத்திலிருந்து இவ்வளவு கேள்விகள் கேட்பார்கள் என்று நினைத்தால்,

னா. அந்த அளவுகோல் சிவில் சர்வீஸஸ் தேர்வுகளுக்குப் பொருந்தாது. ஒரு சில பொதுவான அனுமானங்கள் வேண்டுமானால் உதவலாம். உதாரணமாக சமீப வருடங்களில் நுழைவுத் தேர்வில் முதல் தாளில் 'சமீபத்திய நாட்டு மற்றும் உலக நடப்புகளுக்கு' அதிக முக்கியத்துவம் அளிக்கப்படுகிறது.

★ நுழைவுத்தேர்வு, இறுதித் தேர்வு ஆகிய இரண்டிலுமே விருப்பப் பாடமாக ஒன்றையே எடுத்துக்கொள்வது நல்லது. இதனால் நேரமும் குறையும்; ஆழமாகவும் படிக்கலாம்.

★ எதில் மிக அதிக மதிப்பெண் ஸ்கோர் பண்ண முடியுமோ அதை விருப்பப்பாடமாகத் தேர்ந்தெடுப்பது புத்திசாலித்தனம். அக்கவுண்டன்ஸி, வேதியியல் போன்ற பாடங்களில் சரியான விடை என்றால் முழுமையான மதிப்பெண்ணைக் கொடுத்தே தீர வேண்டும். ஆனால் இதெல்லாம் எப்போதும் எடுபடும் வாதம் அல்ல. இரண்டு வருடங்களுக்கு முன் முதலிடம் பிடித்த மாணவி தன் விருப்பப் பாடமாகத் தேர்ந்தெடுத்திருந்தது ஆங்கில இலக்கியத்தை!

★ ஒன்றுக்கொன்று தொடர்புடைய இரண்டு விருப்பப் பாடங்களைத் தேர்ந்தெடுத்தால், அவற்றில் சில பாடங்களாவது இரண்டிலும் இடம் பெற்றிருக்கும். இயற்பியலும் வேதியியலும், விலங்கியலும், தாவரவியலும், பொலிடிகல் சைன்ஸும், வரலாறும், புவியியலும் சமூகவியலும் இப்படியாக ஜோடிகளை அமைத்துக் கொள்ளலாம்.

★ உங்கள் இரு விருப்பப் பாடங்களுக்குமான தேர்வு நாட்களுக்கும் நடுவே போதிய இடைவெளி இருக்கும்படியான பாடங்களைத் தேர்ந்தெடுப்பதும் ஓர் உத்திதான்.

★ விடைகளை வேகமாக எழுதத் தெரிந்திருக்க வேண்டும். காரணம் குறைந்த அவகாசமே இருக்கும்.

★ சில பிரிவுகளில் சாய்ஸ் இருக்கும். அப்போது தகவல்களை அடிப்படையாகக் கொண்ட பதில்கள் எந்தக் கேள்விக்கு அமையுமோ அவற்றைத் தேர்ந்தெடுங்கள். உங்கள் ஆலோசனைகள் போன்றவற்றை விடையாக எழுத வேண்டிய கேள்வி என்றால் முழு மதிப்பெண்கள் கிடைக்காமல் போகலாம்.

★ ஒருமுறைக்கு மேல் தேர்வை எழுத, மனத்தை தயார் நிலையில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். முதல்முறையே தேர்வில் வெற்றி பெற்று வந்தவர்கள் குறைவாகத்தான் இருப்பார்கள்.

★ நாளிதழ்களைத் தொடர்ந்து படிக்க வேண்டும். ஆங்கில நாளிதழ்தான் ஏற்றது. ஏனென்றால் உலக நடப்புகள் அவற்றில் தான் அதிகம் இடம் பெறுகின்றன.

★ சிவில் சர்வீசஸ் க்ரானிகள், ஃப்ரண்ட்லைன், காம்படிஷன் விஸர்டு போன்ற இதழ்கள், தேர்வுக்குத் தயார் செய்யப் பெரிதும் உதவுபவை.

★பி.ஏ போன்ற பட்டப் படிப்பென்றால் இரண்டாம் வருடமும், பி.ஈ போன்ற தொழில்முறை படிப்பு படித்தால் மூன்றாவது வருடமும் பயிற்சி வகுப்புகளில் சேருவது சிறப்பு.

நன்றி: 'மனித நேயம்' ஐ.ஏ.எஸ். பயிற்சி நிலையம், சென்னை - 17,



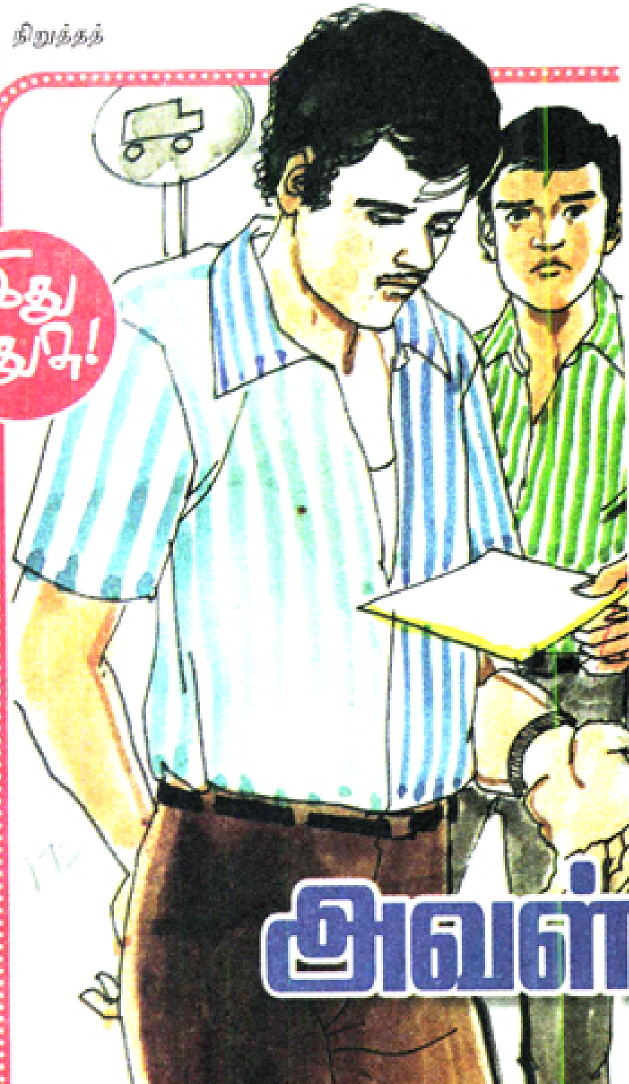
STRICTLY FOR YOUTH

இது புதுசு!

ராமராஜன் தன் சகாக்களுடன் அந்தப் பேருந்து நிறுத்தத்துக்கு வந்து நின்று கொண்டபோது வழக்கம் போல் சரியாக மணி ஐந்து பத்து. இன்னும் ஐந்தே நிமிடங்களில் அந்த இரண்டு பெண்களும் வந்துவிடுவார்கள். அவர்கள் வந்ததும் வழக்கமான வம்புகளை ஆரம்பிக்க வேண்டியதுதான்.

அந்தப் பேருந்து நிறுத்தத்தில் ஒரு பெஞ்சு போடப்பட்டிருந்தது. அதன் பக்கவாட்டில் 'உபயம் - நாதமுனி மளிகைக் கடை' எனும் எழுத்துக்கள் பொறிக்கப்பட்டிருந்தன. அதில் ராமராஜன் வகையறாதான் அமர்வார்கள். அதில் உட்கார்ந்திருப்பவர்கள் கூட, 'இந்தப் பசங்களோடு நமக்கேன் வம்பு?' என்பது போல் அவர்கள் தலைகள் தெரிந்ததுமே எழுந்து அப்பால் போய் நின்று கொள்வார்கள்.

ஐந்தே காலுக்குள் அங்கு வந்து பேருந்துக்குக் காத்து நிற்கும் பெண்களை ஏடாகூடமாக விமர்சிப்பதும், ஏதேனும் சினிமா பாடலைக் குறும்பாகப் பாடுவதும் அவர்களது வழக்கம். அந்தப் பெண்கள் நாகரிகமாக உடுக்கும் அடக்கமான பெண்கள்தான். கல்லூரி மாணவிகள் அல்லர், ஆனால் இருபதுக்குள் இருப்பவர்கள். ஒருகால் ஏதேனும் அலுவலகத்தில் வேலை செய்பவர்களாய் இருக்கக்கூடும் என்றுதான் அருகிலிருந்தவர்கள் நினைத்தார்கள்.



ஸ்டார் எழுத்தாளர்கள் எழுதும் யூத் சிறுகதைகள் ஆரம்பம். இந்த வாரம் ஜோதிர்லதா கிரிஜா



அந்தப் பெண்களும் அவர்களின் வம்பு களையும் சேட்டைகளையும் கவனிக் கவே செய்தார்கள் என்பது அவர்களின் முகக் கடுப்பிலிருந்தும், தங் களுக்குள் அவர்கள் மெல்லிய குரலில் சொற்களைப் பரி மாறிக் கொண்டதிலிருந்தும் அங்கிருந்த பார்வையாளர் களுக்குத் தெரிந்தது. ஆனால், அவர்களில் யாருமே அந்த இளவட்டங்களைத் தட்டிக் கேட்கவில்லை! 'எதற்கு வம்பு?' எனும் மனப்பான் மையே அவர்களிடம் நில வியது.

அன்றைக்கு அந்த இரண்டு பெண்களில் ஒருத்தி மட்டுமே பேருந்து நிறுத் தத்துக்கு வந்தாள். ''என் னடா? சித்ரா ஏன் வரல்லே? நீலா மட்டும் வந்திருக்குது?'' என்றான் ஒருவன்.

திரும்பிப் பார்த்த நீலா, ''சித்ரா ஒரு அசைன்மெண்ட் விஷயமா வெளியூர் போயி ருக்கா. அதான் வரல்லே. இன்னும் ரெண்டே நாள்ல வந்துடுவா!'' என்றாள்.

நீலாவிடமிருந்து நேரடி

கொடுத்த கடிதம்!

டியர் காலேஜ் ஸ்டூடன்ட்ஸ் ஒன்லி... இந்தக் கதையைப் படியுங்க... கதையின் முடிவு என்ன? நீலா என்ன எழுதியிருப்பாள்? யோசிச்சு எழுதுங்க. சூப்பர் கற்பனைக்கு ரூ.500/- பரிசு! கல்லூரிப் படிப்புக்கான அத்தாட்சியை இணைக்கவும். கடைசித் தேதி 14.2.09



யான பதிலை எதிர்பார்க்காத அந்த நால்வரும் சைலன்டாகி விட்டார்கள்.

நீலா அத்துடன் விஷயத்தை விட்டுவிடாமல், அந்த நால்வருக்கும் எதிரே வந்து நின்று அவர்களைப் பார்த்து புன்னகையும் செய்தாள்.

''ரொம்ப நாளாவே உங்ககிட்ட பேசணும்னு இருந்தேன். சித்ராதான் என்னைத் தடுத்துக்கிட்டே இருந்தா. இன்னைக்கு அவ வராததால நான் ஏற்கெனவே எழுதி வைச்சிருந்த லெட்டரை உங்ககிட்ட இப்ப குடுக்கறேன். படிச்சுப் பாருங்க... ப்ளீஸ்'' என்று நீலா தன் கைப்பையிலிருந்து நான்காக மடிக்கப்பட்டிருந்த ஒரு தாளை எடுத்து நீட்டினாள்.

அந்த நால்வரும் திருதிருவென்று விழித்தார்கள்.

''உம்! பிடிங்க! இதை வாங்கிப் படிச்சுப் பார்க்கிறதுக்கு மீசை முளைச்ச உங்க நாலு பேர்ல ஒருத்தருக்குக்கூடவா தைரியம் இல்லே?''

நக்கலாகச் சிரித்ததும், ''டேய்! வாங்குடா! என்னதான் எழுதி இருக்காங்கன்னு பாக்கலாம்!'' என்று முரளி என்பவன் சொல்ல, அவன் பெயரை அவர்கள் பேச்சிலிருந்து தெரிந்துகொண்டிருந்த நீலா, ''மிஸ்டர் முரளி! நீங்கதான் தைரியமா வாங்கிக்கறது!'' என்றாள்.

அவன் எழுந்து அதைப் பெற்றுக்கொண்டு பிரித்த நேரத்தில் அவளுடைய பேருந்து வந்து நிற்க, நீலா அதில் ஏறிக்கொண்டாள்.

அதில் அந்தப் பெண் என்னதான் எழுதியிருப்பாள் என்ற ஆவல் அங்கிருந்த பயணிகளுக்கும் எழுந்தது.

முரளி பிரித்த அந்தக் கடிதத்தைப் படிக்க, அவனுக்குப் பின்னால் அவன் நண்பர்கள் மூவரும் அவனை உரசிக்கொண்டு நின்றார்கள்.

''டியர் ஃப்ரெண்ட்ஸ்'' என்னும் தொடக்கத்தைப் படித்ததுமே, ''சே! பொத்தாம் பொதுவா எழுதியிருக்காடா!'' என்று முரளி முகத்தைச் சோகமாக வைத்துக்கொண்டு அசுவாரசியமாய்ச் சூள் கொட்டினான்.

''சரிடா, படிக்கலாம்... என்னதான் எழுதியிருக்கா அந்த ப்ளுபேர்ட்னு பாரு...''

முரளி சற்றே ஒதுங்கிச் செல்ல, அவன் நண்பர்களும் அவனுக்குப் பின்னால் போனார்கள். முரளி கடிதத்தை முணுமுணுப்பாகப் படித்தான்.

(கதாசிரியர் ஜோதிர்லதா கிரிஜா எழுதிய கதை முடிவும், பரிசு பெறும் உங்கள் முடிவும் அடுத்த இதழில் வெளியாகும்.)

‘‘சங்கம் வளர்த்த சோழனை, சுங்கம் தவிர்க்கச் சொல்!’’ என்று கர்ஜித்தபடி, ‘தசாவதாரம்’ ரங்கராஜ் நம்பியாக நடித்து, சேலம் மாவட்ட மெட்ரிக் பள்ளிகள் அளவில்





ஜூனியர் கமல்!

சமீபத்தில் நடந்த போட்டியில் (தனி நபர் நடிப்பு) நான் முதல் பரிசு பெற்றேன்.

அதே நாமம், அதே பஞ்ச கச்சம், தாடி கெட்டப்பில், நடிகர் கமல்ஹாசன் போலவே பேசி சேலம் மண்டல அளவில் நடந்த மோனோ ஆக்டிங்கிலும் முதல் பரிசு பெற்றேன். எனக்கு உச்சரிப்பையும், நடிப்பையும் சொல்லிக் கொடுத்து, என்னை பெண்டு எடுத்ததோடு மேக்கப்பையும் போட்டுவிட்ட, என் ஆங்கில ஆசிரியர் என்.எம். ராஜகோபாலுக்கு நன்றி!

- வி.எம். அனந்தசுப்ரமணியம்,
பதினோராம் வகுப்பு,
ஸ்ரீ வித்யாமந்திர் பதின்ம
மேல்நிலைப் பள்ளி,
இரும்பாலை, சேலம்-30.

பெருமாள் செய்தா பெருமை!

சிவன் செய்தா திருவிளையாடல்!

கிருஷ்ணன் செய்தா லீலை!

ஆனா நாங்க செய்தா ஈவ் டீசிங்கா?

சொல்லுங்க மக்களே!

- எம். ராஜேஷ்குமார்,
அடைக்கல அன்னை
மேல்நிலைப் பள்ளி, விரியூர்





பூஞ்சாரல் பக்கங்கள்

நட்பின் சின்னம்!



எனதுயிர் தோழியே,
முதலாம் ஆண்டில் நாம் இருவரும்
சந்தித்தபின்,
நட்பு என்னும் செடியை நட்டோம்...
அது பல சந்தோஷங்களையும்,
சில சண்டைகளையும் பகிர்ந்து
இன்று பல
கிளைகளாய் வளர்ந்துள்ளது...
அந்தக் கிளைகளின் நிழல்களில்
இன்று
பலர் இளைப்பாறுகின்றனர்.
அடுத்த வருடத்தில் நம் நட்பு
அதிகமாகி
பூக்களாக மலரும்...
ஆனால்,
அதன்பின் அந்தப் பூக்களை யாரும்
அதே இடத்தில் விட்டுவைக்க
மாட்டார்கள்.
அந்தப் பூக்களைப் போலவே நாமும்
எங்காவது சென்றுவிடுவோம்,
நம் வாழ்க்கையின் அடுத்த பயணத்தை
நோக்கி...
ஆனால்,
நாம் நட்போடு வளர்த்த அம்மரம் என்றும்
நம் நட்பை நினைவூட்டிக் கொண்டிருக்கும்
நம் போன்ற சில உண்மையான
நண்பர்களுக்கு!

– வி. மஹாலக்ஷ்மி, பி.காம்.,சி.ஏ.,
இரண்டாம் ஆண்டு,
பி.ஜி.பி. கலை மற்றும் அறிவியல்
கல்லூரி, நாமக்கல்





எக்ஸாம் டிப்ஸ் 20!

கவனம் தேவை

படிக்கும்போது மனத்தை அலைபாய விடாமல் பாடத்தில் மட்டுமே கவனம் கொள்ள வேண்டும். பரீட்சைக்கு அப்புறம் என்ன என்பது பற்றி எந்த யோசனையும் இப்போது வேண்டாம்.

குறிப்பு அவசியம்

படித்த பாடத்தில் சில முக்கியமான விஷயங்களை குட்டிக் குட்டியாய் குறிப்புகள் எடுத்துக் கொள்வது முக்கியம். பாடத்தை படித்தபின் எழுதிப் பார்க்கும் போது நடுவில் 'ஸ்டக் அப்' ஆனால் இந்தக் குறிப்புகளைப் பார்த்து தொடரலாம்.

ரிஸ்க் வேண்டாம்

டீ.வி, ப்ரிஜ், மிக்ஸி போன்ற மின்சார சாதனங்களை பழுது பார்ப்பது, பரண் மேல இருந்து 'தொப்'பென்று குதிப்பது, ஆணி அடிப்பது போன்ற வேலைகளைத் தவிர்த்தல் நல்லது. பரீட்சை நேரத்தில் அடிபட்டால் என்னாவது?

மங்கையர் மலர் பூந்சாரல் பக்கங்கள்

பழைய கேள்வித்தாள்களைப் பாருங்கள்.

குறைந்தது நான்கு வருட கேள்வித்தாளைப் பார்த்து கடினமாக கேள்விகள் எவ்வளவு % சுலபக் கேள்விகள் எவ்வளவு % என்பதை தெரிந்து கொள்ளலாம். எந்த மாதிரியான கேள்விகள் அடிக்கடி கேட்கப்படுகின்றன என்றும் தெரிய வரும்.

கோடிடுங்கள்

பக்கங்களை அப்படியே புரட்டாமல் சில முக்கியமான பாயிண்டுகள் வரும்போது அண்டர் லைன் செய்யுங்கள்.

ஸ்டடி லீவ்

ஸ்டடி லீவில் இது வரை படித்ததை பலவகையானக் கேள்வித்தாள்களை வாங்கி தேர்வு எழுதிப் பாருங்கள். ஒரு மதிப்பெண் வினாக்களை அம்மா (அ) அக்கா, அண்ணனிடம் கொடுத்து கேட்கச் சொல்லலாம்.



எங்கே எப்படி படிப்பது?

எந்த இடத்தில் உட்கார்ந்தால் கவனம் சிதறாமல் படிக்க முடியுதோ அங்கே படியுங்கள். சத்தம் அதிகமாக இருக்கும் இடங்களைத் தவிருங்கள். உட்கார்ந்து படிக்கப் போர் அடித்தால் சற்று நேரம் நடந்து படியுங்கள். ஆனால், அதே சமயம் அடிக்கடி இடம் மாற்றிப் படித்தால் கவனம் குறையலாம்.

யோசிக்கக் கூடாது!

ஒரு கேள்விக்கு பதில் எழுதும் போது திடீரென மறந்து விட்டால் ரொம்ப நேரம் யோசிக்காமல் அடுத்த கேள்விக்கு பதில் எழுத சென்றுவிட வேண்டும். தேர்வில் நேர நிர்வாகம் ரொம்ப முக்கியம்.

செல்ஃபோன்

தேர்வு நேரங்களில் செல்ஃபோன் செல்லாத ஃபோன். தயவுச் செய்து கண் காணாத இடத்தில் வையுங்கள். தேவையில்லாத எஸ்.எம்.எஸ்களால் மனம் அலைபாய நேரிடலாம்.

டீ.வி-க்கு பை-பை!

பரீட்சை நேரத்தில் தயவுசெய்து டீ.விக்குக் குட்பை சொல்லுங்கள். அது 5 நிமிடம் 10 நிமிடம் என்றாலும் தேவையில்லை. தொடர்ந்து அதிக நேரம் படித்ததால் ரிலாக்ஸ் செய்ய ஏதாவது நல்ல மெலடி பாடல்களை ரேடியோவில் கேளுங்கள். அல்லது மொட்டை மாடிக்குச் சென்று காலாற நடந்து வாருங்கள்.

சுற்றாதே!

வெளியில் நண்பர்களுடன் சுற்றுவதை நிறுத்துங்கள். வெய்யிலில் சுற்றுவதால் உடல் களைத்து விடும். கவனம் குறையும்.

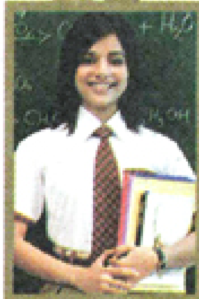


வண்டிகளுக்கு குட்பை

வண்டியை எடுத்துக்கொண்டு வெளியில் செல்வதைத் தவிருங்கள். விபத்தில் சிக்கினால், உடல் நலம் கெடுவதோடு, நமக்கு ஒரு வருடப் படிப்பு வீணாகும். யோசியுங்கள்.

யோகா, தியானம்

மனத்தை ஒருநிலைப் படுத்த யோகா (அ) தியானம் (அ) மூச்சுப்பயிற்சி மேற்கொள்ளுங்கள். பரீட்சை பற்றிய பயத்தைப் போக்க உதவும்.



ரிலாக்ஸ், ப்ளீஸ்

தேர்வுக்கு முந்தைய நாள் இதுவரை படிக்காத ஒரு புதிய பாடத்தை டென்ஷனோடு படிக்காதீர்கள். மனதில் பதியாது. கொஞ்ச நேரம் படித்தாலும் ரிலாக்ஸ்டா படியுங்கள்.

திட்டம் தேவை!

இந்த நேரத்துக்குள் இந்தப் பாடத்தைப் படிக்கணும். இந்த நேரத்துக்குள் இதை எழுதிப் பார்க்கணும் என திட்டமிடுதல் அவசியம்.

குறித்த நேரம்

தேர்வு நாட்களில் குறைந்தது அரைமணி நேரத்துக்கு முன்பே பள்ளி செல்வது அவசியம். சில நேரம் போக்குவரத்து நெரிசலால் கால தாமதம் ஏற்படலாம்.

வதந்திகளை நம்பாதீங்க!

கேள்வித்தாள் வெளியாகி விட்டது என்று பரீட்சை சமயத்தில் வெளியாகும் வதந்திகளை நம்பாதீர்கள்.

குழப்பாதீங்க! குழம்பாதீங்க!

தேர்வுக்கு முன் தினம் நண்பர்களுக்கு ஃபோன் செய்து இதை படித்துவிட்டாயா, அதை படித்து விட்டாயா என்று குழப்பாதீர்கள். ஒவ்வொருவரும் ஒவ்வொரு விதமாக படித்திருப்பர். அப்படி கேட்பதால் நமக்கு குழப்பம்தான் மிஞ்சும்.

நோ ஐஸ்கிரீம்!

வயிறு முட்ட சாப்பிடக்கூடாது. அலர்ஜியாகும் உணவுப் பொருள்களைத் தவிர்க்கணும். நோ கூல் டிரிங்ஸ்! நோ ஐஸ்கிரீம்! நோ ஸ்நாக்ஸ்!

நிச்சயம் தூள் கிளப்புவேன்!

தேர்வன்று காலை குளித்துவிட்டு உங்களுக்குப் பிடித்த கடவுளிடம் மனப்பூர்வமாக வேண்டிக்கொண்டு எப்படிப்பட்ட கேள்விக்கும் என்னால் நன்கு பதிலளிக்க முடியும். நான் நல்ல மதிப்பெண் வாங்குவேன் என்ற தன்னம்பிக்கையுடன் தேர்வு எழுதச் சொல்லுங்கள்.

வெற்றி நிச்சயம்!

**– வி. சந்தியா, பி.ஈ.,
அண்ணா பல்கலைக் கழகம்,
சென்னை**



ஏது சரி?

சமீபத்தில் எங்கள் பள்ளியில் திருக்குறள் போட்டி நடந்தது. அறத்துப்பாலிலிருந்து மட்டுமே குறள்களை, ஒரு மணி நேரத்தில் பிழையின்றி அதிகப்படியாக எழுதுவோருக்குப் பரிசுகள் என்பது நிபந்தனை. அதற்கென புதிய திருக்குறள் புத்தகமே வாங்கி, போட்டியில் கலந்துகொண்டேன். அதில் 355-வது குறளாய் வந்த,

'எப்பொருள் எத்தன்மைத்
தாயினும் அப்பொருள்
மெய்ப்பொருள் காண்பது அறிவு'

என்ற குறளை எழுதியதைப் படித்த ஆசிரியை அது தவறு என்றும்,

'எப்பொருள் யார்யார்வாய்க்
கேட்பினும் அப்பொருள்
மெய்ப்பொருள் காண்பது
அறிவு'

என்பதுதான் சரி எனவும், அதுவும் பொருட்பாலில்தான் உள்ளது என்றும் கூறினார். நான் புத்தகத்தை சரி பார்த்தபோது, நான் எழுதியதும் சரியாகத்தான் இருந்தது. அதை ஆசிரியையிடம் காட்டியதும் இதுவரை நானே இதைப் பார்த்தது இல்லை என ஆச்சரியப்பட்டார். வீட்டிலும் கூட, என் பெற்றோர் என் ஆசிரியை போலவே வியந்தனர். நீங்கள் கவனித்துள்ளீர்களா?

- கே. அபர்ணா, ஏ.வி.பி.ட்ரஸ்ட் நேஷனல் மெட்ரிகுலேஷன் பள்ளி, திருப்பூர்



''கற்பூர வாசனைன்னு சொல்றாங்களே அது எப்படி இருக்கும்?''

''கழுதைக்கு அதெல்லாம் தெரியாதுடா!''

- வே. தனசேகர்,
ஒன்பதாம் வகுப்பு,
கலைமகள் மெட்ரிக் பள்ளி,
கும்மிடிப்பூண்டி

கல்யாணமா! கவலையே வேண்டாம்!!

ஜெ. கே.

மேரேஜ் கேட்டரிங் சர்வீஸ்

Best Catering in Tambaram

பிளாட் - 32, ஜெயலக்ஷ்மி நகர், சந்தோஷ்புரம், சென்னை-600 073.

73, எம்ஜிஆர் தெரு, (சர்வமங்கள விநாயகர் கோவில் அருகில்) நங்கநல்லூர் சென்னை - 63.

நளபாக மாமணி

குடந்தை ஜெ. கிருஷ்ணமூர்த்தி ஐயர்

போன்: 2278 0769/ 2278 1483/ 98418 21327/ 98418 21328

கல்யாணம் மற்றும் அனைத்து விசேஷங்களுக்கும் தங்கள் பட்ஜெட்டுக்குள் காண்பவர் பாராட்டும்படி எல்லா ஏற்பாடுகளையும் நாங்களே முழு பொறுப்பு ஏற்று மிக மிக குறைந்த செலவில் மிகவும் சிறப்பான முறையில் தங்கள் விருப்பம் போல் செய்து தர காத்திருக்கிறோம்.

திருமணத்திற்கு நாங்கள் செய்து தரும் ஏற்பாடுகள்

- கல்யாண மண்டபம்
- மங்கள வாத்தியம்
- பூ,மாலை வகைகள் வேண்டிய அளவு
- அங்குமணி சாமான்கள் ஸ்ரீபெட ஜாதுடன்
- வைதீகாள் சாமான்கள்
- தாம்பூல (தேங்காய்) பை பிரிண்டிங் கவருடன்
- சீர்பட்சணங்கள் இருவர் ஆத்துக்கும்
- மண்டபம் கோலம் ஏற்பாடுகள்
- ஆரத்தி பச்சைப்பிடி ஏற்பாடுகள்
- முதல்தர சாப்பாடு டிபன் வகைகள்
- 24 மணி நேர காபி, டீ, பூஸ்ட், பால்
- குடந்தை வெற்றிலை, சீவல், ரசிக்லால் பாக்கு பீடா
- யூனிபார்ம் சர்வீஸ்
- பேப்பர் ரோல், மினரல் வாட்டர்
- காசியாத்திரை சாமான்கள் (பட்டுபாய்,குடை,வாக்கிங் ஸ்டிக்)
- கூல் வாட்டர் மற்றும் ஹாட் வாட்டர்
- தங்களை வரவேற்க இன்முகத்துடன் ஆட்கள்
- டைனிங் ஹாலில் உபசரிக்க ஆட்கள்
- வைதிகாளுக்கு சாமான்கள் கொடுக்க ஆட்கள்
- காபி ஸ்டால் மற்றும் ஜூஸ் ஸ்டால்

திருமணத்திற்கு எல்லா ஏற்பாடுகளையும் நாங்கள் உங்கள் ஒத்துழைப்புடன் செய்து தர காத்திருக்கிறோம். அவ்வளவு வசதிகள் செய்து விட்டு பணம் அதிகம் இருக்கும் என்று எண்ண விடாதீர்கள். உங்கள் பட்ஜெட் எப்படியோ அதைவிட குறைவாக நாங்கள் செய்து தருகிறோம். உங்கள் இல்லத்தில் திருமணம் என்றால் எங்களை ஒருமுறை அணுகுங்கள். பிறகு அவரை பார்க்காமல் விட்டுவிட்டோமே என்று வருந்த வேண்டாம்.

ஆர்டரின் பேரில் அனைத்து விசேஷங்களுக்கும் 25 நபருக்குமேல் முதல்தர சாப்பாடு, டிபன், காபி மற்றும் சீர்பட்சணங்கள் உங்கள் இல்லத்துக்கே வந்து சர்வீஸ் செய்து தருகிறோம்.

உண்மையான உழைப்பே உயர்வு தரும்

கைராசி! நம்பிக்கை!! நாணயம்!!!

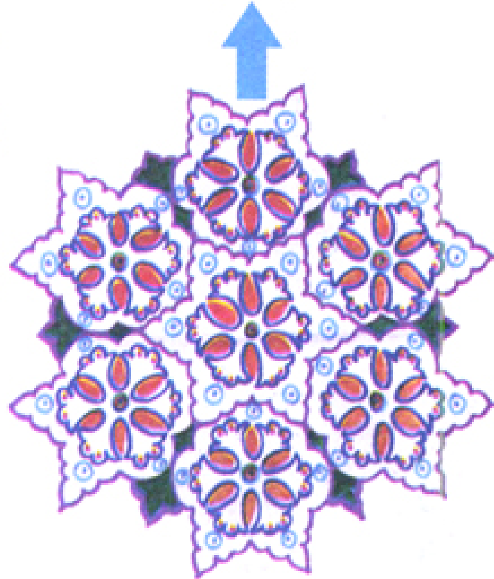
தரம் ஒன்றே எங்களது தாரக மந்திரம்!



9 புள்ளி 9 வரிசை (நேர்ப்புள்ளி)

- ஆர். ராஜலட்சுமி,

ஹூப்ளி



ஊடுபுள்ளி 21 முதல் 17 வரை

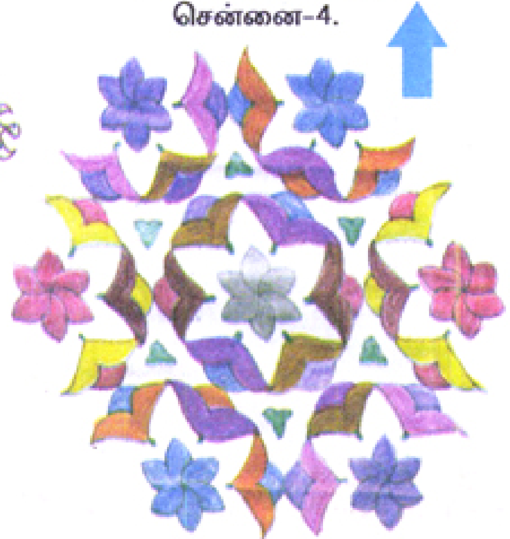
- விஜயலட்சுமி சுதாகர்,

தர்மபுரி



26 புள்ளி 1 வரை (நேர்ப்புள்ளி)

- ரா. சித்ரா, திருச்சி



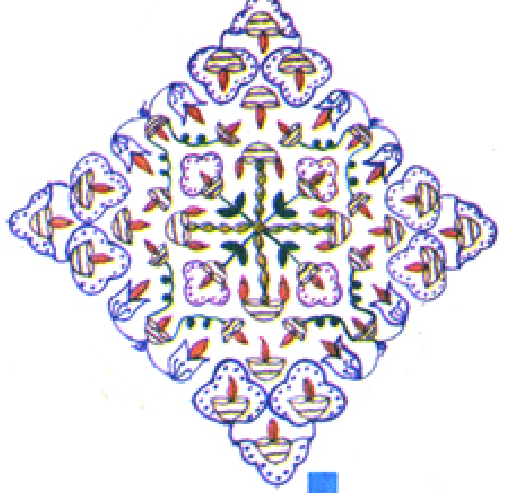
19 - 10 (சந்துப்புள்ளி)

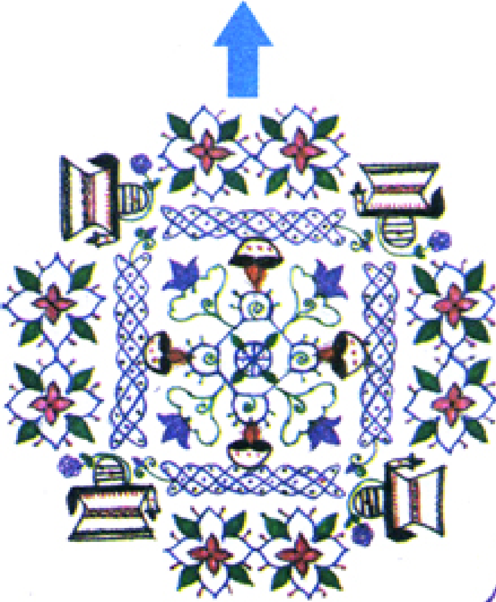
- விமலா நாகராஜன்,

சென்னை-4.

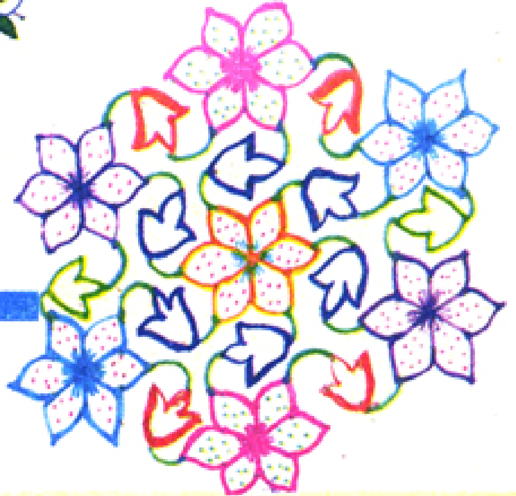
வாசல் அழகு

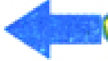
20 புள்ளி 8 வரிசை
16 புள்ளி 4 வரிசை
8 புள்ளி 2 வரிசை
- என்.பாப்பா நல்லபெருமாள், பாளையங்கோட்டை





27 புள்ளி 1 முடிய நேர்புள்ளி
- லக்ஷ்மி சந்தானம், ஸ்ரீரங்கம்





13 புள்ளி 7ல் நிறுத்துக
- சியாமளா ராஜகோபால், சென்னை - 64

வண்ணக் கோலங்கள்

தோப்புக்கரணம்

29 ஆண்டு மலர்

ஆசிரியர் அடித்ததால் மாணவரின் முகம் வீங்கி விட்டது, பல் உடைந்து விட்டது, கண் பார்வை பாதிக்கப்பட்டது போன்ற செய்திகள் தற்போது அடிக்கடி வெளியாகின்றன. ஆனால், பண்டைய காலத்தில் ஏன் இன்றும்கூட, தவறு செய்யும் மாணவர்களைத் தோப்புக்கரணம் போட வைக்கும் வழக்கம் சில பள்ளிகளில் தொடர்கிறது.

பாடம் கவனிக்காமல் இரண்டு மாணவர்கள் பேசிக்கொண்டிருந்தாலோ வேறு எதற்காகவோ சண்டை போட்டுக்கொண்டாலோ, அந்த இரு மாணவர்களும் ஒருவருடைய காதை இன்னொருவர் பிடித்துக் கொண்டு, ''உன்னாலே நான் கெட்டேன், என்னாலே நீ கெட்டாய்'' என்று கூறிக் கொண்டே தோப்புக்கரணம் போடுவார்கள்.

மனித உடலில் பல்வேறு பாயிண்ட்டுகள் உள்ளன. உடற்கோளாறு என்ன என்பதைப் பொறுத்து இந்த பிரஷர் பாயிண்ட்களில் இலேசான, மிதமான அழுத்தம் கொடுத்து சிகிச்சை கொடுக்கும் முறைக்குப் பெயர் அக்குபிரஷர் தெரபி.

நாம் கோயிலுக்குள் சென்றவுடன் முதற் கடவுளான விநாயகர் சன்னிதிக்குச் சென்று 'தோப்புக்கரணம்' (தோர்பிஹ் கர்ணம்) போட்டுப் பிரார்த்தனை செய்கிறோம்.



இதுவும் ஒருவிதமான அக்குபிரஷர்தான். தோப்புக்கரணம் போடும்போது மூளை வலுவடைகிறது. உடல் சுறுசுறுப்படைந்து, மனதுக்கும் அதிக சக்தி கிடைக்கிறது.

1999ம் ஆண்டு சீனாவில் ஷாங்காய் நகரில் International Auriculur Therapy Convention என்ற கூட்டம் நடந்தது. (ஆரிக்குலர் தெரபி என்பது காது சம்பந்தப்பட்ட சிகிச்சை முறை) இந்தியாவின் சார்பில் இதில் டாக்டர் எம்.என். சங்கர் கலந்து கொண்டார். காதுகளில் என்னென்ன, எங்கெங்கு பிரஷர் பாயிண்ட்டுகள் உள்ளன

போடுடா ராஜா!

என்பது பற்றிய விளக்கம் கொடுக்கப்பட்டபோது, இந்த டாக்டர் தோப்புக் கரணம் போட்டுக் காட்டினார். உடனே, அங்கு கூடியிருந்த அனைவரும் அவரைப் பின்பற்றி தோப்புக் கரணங்கள் போடத் தொடங்கினார்கள். அந்தக் கூட்டத்துக்கு ஏற்பாடு செய்திருந்த அமைப்பாளர் இந்த டாக்டரை அழைத்து, ''இது மிகவும் சிறந்த ஒன்று'' என்று பாராட்டி, ''இதை யாரிடமிருந்து கற்றுக் கொண்டீர்கள்?'' என்று கேட்டபோது, ''இதை யாரிடமிருந்தும் எவரும் கற்றுக் கொள்ள வேண்டிய அவசியமில்லை. இது எங்கள் அன்றாட வாழ்க்கையுடன் பின்னிப் பிணைந்துள்ள ஒன்று. இறைவனைப் பிரார்த்திக்கும்போது இதைச் செய்கிறோம்'' என்று டாக்டர் கூறினாராம். இப்போது தோப்புக் கரணம், காது பற்றிய சிகிச்சை முறையான ஆரிக்குலர் தெரபி பாடத் திட்டத்தில் முக்கிய அத்தியாயமாகச் சேர்க்கப்பட்டுள்ளது.

தோப்புக்கரணம் செய்யும்போது இரண்டு கைகளையும் மாற்றி காதுகளில் வைத்து, கன்னப் பொட்டுக்களில் இலேசான அழுத்தம் கொடுக்கும்போது மூளையின் வலது மற்றும் இடது பக்கங்கள் சுறுசுறுப்படைகின்றன.

மூளையின் மூன்றாவது குழியின் பின்னால் ஒரு சுரப்பி - இதை ஆங்கிலத்தில் பினியல் கிளாண்ட் என்று கூறுவார்கள். இந்தச் சுரப்பியும், மூளைக்கு அடிப்பாகத்தில் உள்ள பிட்யூட்டரி சுரப்பி- உடல் வளர்ச்சிக்கு மிகவும் உதவியாக இருப்பது இந்தச் சுரப்பி- ஆக இந்த இரண்டு சுரப்பிகளும் வலுவடைகின்றன. எனவே தோப்புக்கரணம் செய்யப்படும் போது ஒரே நேரத்தில் மனமும் உடலும் வலுவடைகின்றன.

மிகப் பழைமையான பழக்கமாகிய தோப்புக்கரணத்துக்கு புதிய அர்த்தத்தைக் கொடுத்து தோப்புக்கரணத்தின் பெருமையை முதன்முதலாக உலகுக்கு எடுத்துக்கூறிய பெருமை, பிலிப்பைன் நாட்டைச் சேர்ந்த, பிராணிக் ஹீலிங் வல்லுநரான, காலஞ்சென்ற மாஸ்டர் சோவா கோக்ஸ¨யைச் சேரும். மூளை சம்பந்தப்பட்ட யோகா முறையான Super Brain Yoga-வின் ஓர் அங்கமாக இந்தத் தோப்புக் கரணத்தைச் சேர்த்தார். இது தற்போது சென்னையிலுள்ள பல பள்ளிகளில் செயல்பட்டு வருகிறது.

மாணவர்கள், எப்போதெல்லாம் இம்முறையைப் பின்பற்றுகிறார்களோ, அப்போது அவர்கள் எந்த டென்ஷனும் இல்லாமல் மிக ரிலாக்ஸ்டாக அதாவது கலவரப்படாமல் இருக்கிறார்கள்; மற்றும் நம்பிக்கையுடன் தேர்வுகளை எதிர்கொள்கிறார்கள் என்றும் தெரிய வந்துள்ளது.

– ராஜி, மடிப்பாக்கம்

ஆதாரம் :
இந்தியன் எக்ஸ்பிரஸ் நாளிதழ்

அரிய தகவல்

29 ஆண்டு மலர்

நையாண்டி



தெரியுமே அம்மா!

நலங்கு பாடலுக்கு மருமகள் பக்கத்திலிருந்து எதிர்ப்பாட்டு. இதோ!

வகை வகையாய் அழகு பார்த்து
பாங்காக சமைக்கத் தெரியாது
டயட் சார்ட்டைப் பார்த்து, கலோரி
அளவு
பார்த்துச சமைக்கத் தெரியும்.

மாமியாரோடு, ஓர்ப்படியோடு,
நாத்தனாரோடு
சண்டை போடத் தெரியும்
சமயத்திலே காரிலே ஏற்றி லிஃப்ட்
கொடுக்கவும் தெரியும்

வீட்டுக் காரியத்தில் முன் பின்ன
கொட்டவும் உடைக்கவும் தெரியும்
பங்கு மார்க்கெட்டில் பணம் போட்டு
பெருக்கவும் தெரியும்.
பூஜை, புனஸ்காரம் செய்யத்
தெரியாது.
ஆனால் புதிய ஃப்ளாட்டுக்கு பிளான்
போடத் தெரியும்.

அம்மா இருங்க...
நாங்க புத்திசாலி, பொறுமையான
'மேகலா'
மருமகளாக (கண்மணி)
இருந்தால்தான்
நீங்கள் எங்களுக்கு ஏத்த 'மேகலா'
மாமியாராக இருக்க முடியும்.

சமயத்திலே தாலாட்டு போல
உங்களுக்கு
எதிர்ப்பாட்டு பாடவும் தெரியும்.
...ச்சும்மா விளையாட்டுக்குச்
சொன்னேன்.
ஆயிரம் வம்பிழுத்தாலும்
உங்களோடவும்
உங்க பிள்ளையோடவும் அழகாகக்
குடும்பம் நடத்தத் தெரியும்!

– விபா
(முழு முகவரி தேவை!)

என்றும் உங்களுடன் பிப்ரவரி 2009

மங்கையர் மலர்

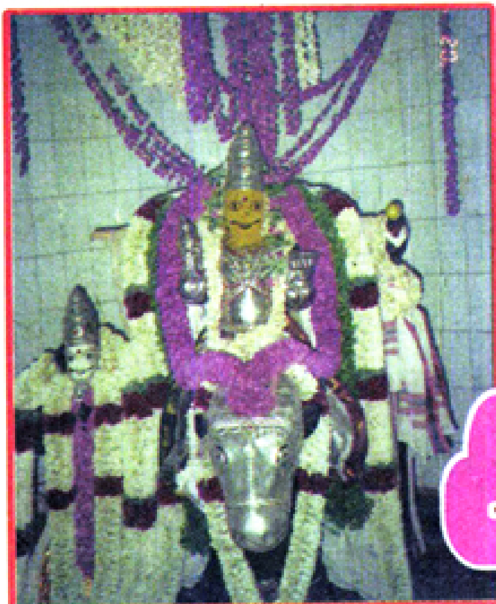
திருமண மலர்



கணக்கு கடவுள்!

ஜதீகம்

"மனிதர்கள் செய்யும் பாவ புண்ணியங்களை எழுதி வைக்க ஒருவர் வேண்டும்" என எம தர்மராஜர், சிவபெருமானை வேண்ட, அவர் உமாதேவியிடம் பொற்பலகையும் சித்திரக் கோலும் கொண்டு வரச் சொன்னார். தேவி வண்ணங்களைக் குழைத்து சித்திரமாய் உருவாக்கிய குழந்தைக்குச் சிவபெருமான் சித்திரை மாதம் பௌர்ணமியன்று உயிர்



கொடுத்தார். சித்திரத்தில் இருந்து உண்டான குழந்தை ஆதலால் 'சித்திர குப்தன்' என்றாயிற்று.

சித்திரை மாதத்தில் வரும் வளர்பிறை அல்லது தேய்பிறை சப்தமி அன்று சூரியன் மேஷ ராசியில் பிரவேசிக்கும்போது சித்ர குப்த விரதத்தை மேற்கொள்ள வேண்டும். அதற்கு முந்தைய தினமான சஷ்டியன்று உபவாசம் இருந்து இரவு கலச ஸ்தாபனம் செய்து "சித்ராய நம; சித்ரகுப்தாய நம;" என்று பூஜை செய்து விரதத்தினை முடிப்பர். இவ்விரதத்தினை மேற்கொள்பவர்கள் சகல மங்கலத்தையும் பெற்று வைகுண்டத்தினை அடைவர் என்பது நம்பிக்கை.

கோயம்புத்தூர் - திருச்சிப் பாதை சிங்காநல்லூரிலிருந்து தெற்காக வெள்ளலூர் பாதையில் அமைந்துள்ளது அருள்மிகு சித்திர புத்திர எமதர்ம ராஜன் ஆலயம். இவ்வாலயம் சுமார் 300 ஆண்டுகளுக்கும் மேலான பழைமை வாய்ந்தது. தமிழகத்தின் பல இடங்களில் எம தர்மருக்கும், சித்திர குப்தனுக்கும் கோயில்கள் இருந்தும், அருள்மிகு சித்திர புத்திர எமதர்ம ராஜன் ஆலயத்தில் மட்டும்தான் எங்குமில்லா எழிலுடன் முழு அமைப்புடன் எமதர்மன் தனது வாகனத்தில் அமர்ந்து சித்திரகுப்தன் உடன் நிற்க பக்தர்களுக்கு அருள் பாலித்து வருகிறார்.

மரண பயம் ஏற்படாதிருக்கவும், வாராக்கடன்களைத் தீர்க்கவும், திருமணத் தடை நீங்கவும், பிள்ளைப் பேற்றினை அளிக்கவும், கடுமையான நோய்வாய்ப்பட்டு நலிவுற்று இருப்பவர்கள் சிரமமின்றி மரணம் அடையவும், இவர்கள் அருள்வதாக பக்தர்கள் நம்பிக்கை!

- இரா. அ.கந்தவேலு, வெள்ளலூர்

குரு கிருபா

உ



அசத்தலான உயர்தர திருமண சமையலுக்கு



SARASWATHI
CATERING SERVICE

தலைமுறையினர் வாழ்த்தும் அளவுக்கு உங்கள் இல்லத்தில் திருமணம் இருக்க வேண்டுமென்றால் சமையல், சாப்பாடு என்பது தான் மிகசிறந்தது! திருமணத்திற்கு சமையல் என்று சொன்னால் நினைவுக்கு வருவது பாரம்பரியம் சுவைமிக்க தென் இந்தியாவின் மிகச்சிறந்த ஒரே ஒரு முன்னனி ஸ்தாபனம்





சரஸ்வதி கேட்டரிங்

தந்தையின் மடியமர்ந்து
மணமகள் நாணமுற...
தாரமென கைப்பிடிக்க
மணமகன் நாணை இட....
பண்பாடும், பாரம்பரியமும்
இன்சுவை விருந்தொடு
உச்சரிப்போடு
ஆனந்தமாய் தொடர்கிறது.





சரஸ்வதி கேட்டரிங்



கல்யாணமா எங்களை கூப்பிடுங்க
நீங்களே பிரமிச்சுபோவீங்க

Ellorukkum Favourite

SARASWATHI
CATERING SERVICE

Insuvai Vendan G. Subramani Iyer

No.65, (old no. 30), Subramanian St., West Mambalam, Chennai - 33.
Off: 24742433 / 23719535 Cell: 98400 54900 Tele Fax: 24742433
Branch off: Coimbatore Ph: (0422) 2343710
E- Mail: insuvaivendhan@yahoo.com www.saraswathicateringservice.com

We undertake Marriage Catering all over India

ஆடையகங்களில் பெண்கள் புது உடைகளைப் போட்டுப் பார்க்க தனி அறை ஒன்று இருக்கும். அந்த 'டிரையல்' ரூமில் நான்கு பக்கங்களிலும் கண்ணாடி கள் பொருத்தப்பட்டு, அதில் வீடியோ கேமிராவும் ரகசியமாக வைக்கப்பட்டிருப் பதைப் பார்த்ததாக ஒரு பெண்மணி சில மாதங்கள் முன்பு எழுதியிருந்தார்.

அதேபோன்று மீண்டும் ஒரு நிகழ்ச்சி ஹைதராபாத்தில் நடந்துள்ளது.



உஷார்! உஷார்!

டூன் ஹில் உள்ள ஒரு பெண், தான் தேர்வு செய்த ஆடையை டிரையல் ரூமில் அணிந்து அழகு பார்க்கும்பொழுது, செல்ஃபோன் ஒலிக் கும் சப்தம் கேட்டது. ஆனால், அந் தப் பெண் செல்ஃபோன் எதுவும் வைத்திருக்கவில்லை. தொடர்ந்து சப்தம் வந்ததால் பயந்து போனவர், சுவரில் கேமிராவுடன் கூடிய செல்ஃபோன் மறைத்து வைக்கப்பட்டுள்ளதையும், அதில் தன்னுடைய உருவம் பல போஸ் களில் பதிவாகியுள்ளதையும் கண்டு அதிர்ந்துபோனார். உடன் வந்திருந்த தன் சகோதரரிடம்கூட எதுவும் சொல்லாமல், நேரே கடை உரிமையாளரிடம் போய் சண்டை போட்டிருக்கிறார்.

அவரோ தனக்கு ஒன்றும் தெரியாது என்று கூறியிருக்கிறார். சரி, அப்படியா னால் அந்த செல்ஃபோன் யாருடையது?

அந்தக் கடை வாசலில் சில நாட்களாக சிறு பொருட்கள் விற்கும் நபருடையது தான் அந்த ஃபோன். இந்தக் களேபரம் நடந்த சமயத்தில், இருபத்துஎட்டு வய தான அந்த இளைஞர் தன் கடையை அப்படியே போட்டுவிட்டு ஓடிவிட்டார். இத்தனைக்கும் அந்த நபர் அங்குள்ள வியாபாரிகளுக்கு எட்டு ஆண்டுகளாகப் பழக்கமானவர்தான். போலீஸார் வழக்குப் பதிவு செய்திருக்கிறார்கள்.

நமக்குள் எழும் சந்தேகம்:

நடைபாதை வியாபாரியின் செல் ஃபோன் பெரிய கடையின் மறைவிடத் துக்கு எப்படி வந்தது?

அவரே வந்து வைத்திருப்பாரா அல்லது கடை சிப்பந்தி மூலமாக வைக்கப்பட் டதா தெரியவில்லை. எது எப்படியோ, பெண்கள் டிரையல் ரூமைப் பயன்படுத் தும் பொழுது மிகவும் எச்சரிக்கையாகவும், கவனமாகவும் இருக்க வேண்டியது அவ சியம்!

- வெ. சியாமளா ரமணி, செகந்திராபாத்.

திருமகள் திருமணம்!

பாற்கடலிலிருந்து பேரழகுப் பெட்டகமாக மகாலட்சுமி வெளி வந்தபோது, இவளுக்கு ஏற்ற மணாளன் யார் என்ற சந்தேகம் எழுந்தது. அப்போது பீதாம்பரதாரியாய் அழகனாய் நின்ற திருமாலை நோக்கிச் சென்றாள் லக்ஷ்மி. கருநெய்தல் பூமாலையைத் திருமாலின் கழுத்தில் போட்டாள்.

இச் சம்பவம் குறித்து பாடல் ஒன்று, செவ்வை சூடுவார் பாகவதத்தில் இருக்கிறது.



உளத்திடை இவ்வாறு உன்னி
உவந்திலன் எனை யென்றாலும்
களிப்புறும் யானே சென்று
காப்பன் என்று அமலையாவும்
அளிப்பவள் அலங்கல் சூட்டி
அருமறை முதலி மார்பின்
துளிப்புயன்மணக்கு மின்னில்
தோய்ந்தனள் துயக்கு அற்றாள்!

இதனை பிரதோஷ காலத்தில் பெண்கள் மன முருகப் படித்து வழிபட்டால் விரைவில் கல்யாணமாகும்!

– ஜெயலட்சுமி கோபாலன், சென்னை





❀ வாழ்க மணமக்கள்! எல். அனுராதா - எஸ். சீனிவாசன்

பயனடைந்தவர்களின் பாராட்டு!

2008ம் வருட ஏப்ரல் மாத இதழில் வெளி வந்திருந்த ஒரு மணமகன் தேவை விளம்பரத்துக்கு ஜாதகம் அனுப்பியிருந்தேன். அப்பெண்ணின் ஜாதகம், என் பையனுடைய ஜாதகத்துடன் பொருந்தவே திருமணம் நிச்சயம் செய்து, 10.11.2008 அன்று கோயம்புத்தூரில் திருமணம் மிக விமரிசையாக நடந்தது. மங்கையர்மலரின் உதவியினால் என் மகனுக்கு ஒரு நல்ல பெண் அமைந்ததற்கு நன்றி தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

வணக்கத்துடன்,

கே. சபேசன், வில்லிவாக்கம், சென்னை

இதேபோல் மங்கையர் மலரின் திருமண விளம்பரம் மூலம் இணைந்த மணமக்களின் புகைப்படங்களை வரவேற்கிறோம்.

கூடவே, 2008ம் ஆண்டில் விளம்பரம் வெளிவந்த மாதம், விவரங் களுடன், திருமணமலர் பற்றிய தங்களின் கருத்துக்களையும் எழுதி அனுப்பலாம்.

மேலும் விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்ள
தொலைபேசி எண்கள்:
4343 8866 / 4343 8888

வரவேற்கிறோம்!

அறுபதாவது கல்யாணம் ஏன் தெரியுமா?

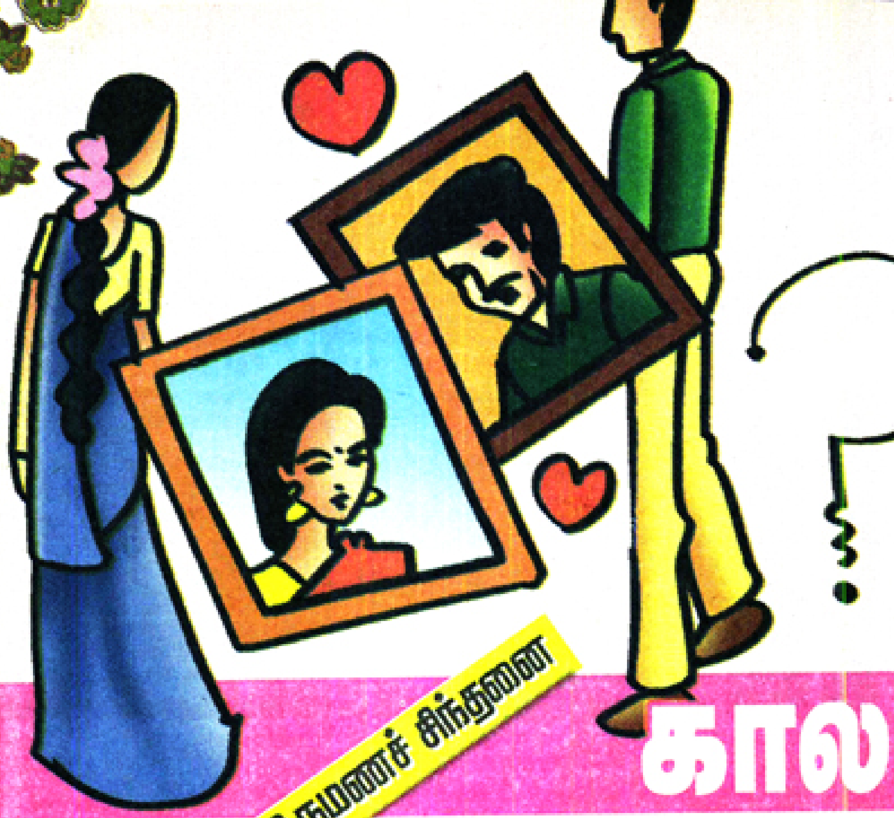
மனிதனுக்குப் பூர்ண ஆயுள் என்பது 120 வயது. (ஜோதிட ரீதியாக)

சூரியதசை – 6 வருடங்கள்; சந்திரன்– 10 வருடங்கள்; செவ்வாய் – 7 வருடங்கள்; ராகு– 18 வருடங்கள்; குரு – 16 வருடங்கள்; சனி– 19 வருடங்கள்; புதன் – 17 வருடங்கள், கேது – 7 வருடங்கள், சுக்கிரன் – 20 வருடங்கள்.

ஆனால், யாரும் இவ்வளவு வருடங்கள் வாழ முடியாது. எனவே 120இல் பாதியான 60 ஆண்டுகள் முடிந்தபின், ''இது வரை எப்படியோ வாழ்ந்தாச்சு. இனிவரும் காலம் போனஸ் போல. எனவே விவேகம், நல்ல புத்தி, நம் கர்மாக்களை குறைவின்றி செய்ய வேண்டும்'' என அறிவுருத்துவதுதான் அறுபதாம் கல்யாணம். பூரண ஆயுளின் பாதியைத் தாண்டுவதால் ஹோமம், பீடை பரிகாரம், உறவுகளுடன் ஒன்று சேர்ந்து கொண்டாடுவது என சாத்திரத்தில் விதித்திருக்கிறது.

– **கே.வி. ஜானகிராமன், சென்னை**





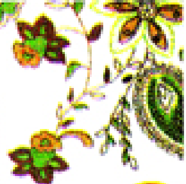
கால

திருமணச் சிந்தனை

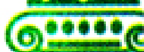
மூன்று வயதுக் குழந்தையை விரல் பிடித்து அழைத்துச் செல்லலாம். அதையே ஆறு வயதில் செய்தால் அந்தக் குழந்தை ஊனமானது. ஐந்து வயது வரை சோறு ஊட்டலாம். அதையே பத்து வயதில் செய்தால் அந்தக் குழந்தை குறைபாடுள்ளது. ஒரு காலகட்டம்வரைதான் படிக்க வைக்கலாம். அதையே வாழ்நாளில் பெரும் பகுதியாக செய்து கொண்டிருக்க முடியாது. அதே மாதிரிதான் கல்யாணமும்.

பருவ வயதில் பெற்றோர்கள் குழந்தைகளுக்குக் கல்யாணம் செய்துவிட வேண்டும். சந்தர்ப்ப சூழ்நிலையால் செய்யமுடியாமல் போனால் அந்தக் குழந்தை தானே தன் துணையைத் தேடிக் கொள்ளும் நிர்ப்பந்தம் ஏற்படுகிறது. நாம் விரல் கொடுக்கவில்லையே என்று மூன்று வயதுக் குழந்தை தானே எழுந்து நடக்காமல் இருக்கிறதா? நாம் வாயில் சோறு ஊட்டவில்லையே என்று குழந்தை தானே எடுத்து சாப்பிடாமல் இருக்கிறதா? பருவ வயதில் திருமணம் செய்து வைக்காவிட்டால், பெற்றோர்களுக்குக் குழந்தைகளிடம் இருக்கும் உரிமை time-bar ஆகிவிடுகிறது. குழந்தைகள் தானே துணையை தேடிக்கொள்ளும்போது அழுது, ஆத்திரப்பட்டு, அழிச்சாட்டியம் செய்வதில் அர்த்தமில்லை.

நாம் காதலுக்குப் பச்சைக் கொடி காட்டவேண்டாம். ஆனால், அதே சமயம்







விரோதிக்கவும் வேண்டாம். புராணத்தை எடுத்துப் பார்த்தால், ராதா கல்யாணம், ஆண்டாள் கல்யாணம், ருக்மணி கல்யாணம், வள்ளி கல்யாணம் என்று எல்லாமே காதல் கல்யாணம்தான். அவைதான் விழாக்களாகக் கொண்டாடப்படுகின்றன. சத்யபாமா கல்யாணமோ, தெய்வயானைக் கல்யாணமோ விழாவாக முக்கியத்துவம் பெறவில்லை.

அந்தக் காலத்தில் உறவு, ஊர் என்று திருமணம் செய்தார்கள். ஏனென்றால் அந்தக் குடும்பங்களைப் பற்றி தெரிந்து இருந்தது. பின் விஞ்ஞானம் இடம் கொடுக்கவில்லையென நண்பர்களைத் தேடிச் சென்றார்கள். தேடவும் வழி இருந்தது. ஏனென்றால் மனைவி என்பவள் வீட்டில் இருந்தாள். தோழமை வளர்த்துக் கொள்ள வாய்ப்பு இருந்தது.

நடக்காதே, நான் சோறு ஊட்டும் வரை நீ சாப்பிடாதே, நான் பார்த்துத் தரும் வரை நீ துணையைத் தேடாதே என்பது எந்த விதத்தில் நியாயம்! இன்று பல குடும்பங்களில் பெற்றோர்கள் தன்மானத்தால் ஈர்க்கப்பட்டு குழந்தைகளை அவமானப் படுத்துகிறார்கள். ஜாதி, மதம் பாராமல் திருமணம் செய்து கொண்ட பெற்றோர்களும்கூட தத்தம் ஜாதியிலேயே வரன் / வது பார்க்க வேண்டுமென சண்டையிட்டுக் கொள்ளுகிறார்கள். பத்து வருடங்களுக்கு முன்னே என் பெண் ஜாதகத்தை எடுக்கும்போது என்னை ஒருவர் கேட்டார். ''அவளுக்குத் தன் துணையைத் தேடிக் கொள்ளத் தெரியவில்லையா?'' என்று. அப்போது விந்தையாக இருந்தது. இப்போது தேவையாகி விட்டது. இன்றைய தலைமுறைக்கு, தனக்குத் தகுதியான துணையைத் தேடும் தகுதி தேவைப்படுகிறது. ஏனென்றால் அறுபது சதவிகித பெற்றோர்களால் பிள்ளைகளுக்கு, தக்க வயதிலும் துணை தேட இயலவில்லை; தகுதியான வரனையும் தேட முடியவில்லை. இதற்குச் சான்று இன்றைய திருமண விளம்பரங்கள்.

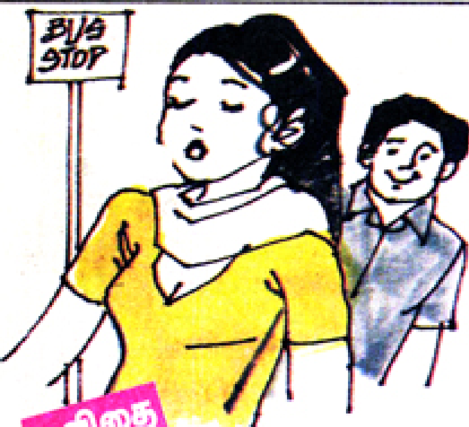
(காதல்) கட்டம்!

இந்தக் காலத்தில் கணவன், மனைவி இருவரும் அலுவலகம் செல்லும் அவசர கோலத்தில் வீடு வரை தோழர்கள் வருவதே அபூர்வம். விளம்பரங்களைப் பார்த்து வரன் / வது தேடுகிறோம். டிபார்ட்மெண்டல் ஸ்டோருக்குப் போய் லேபிள் பார்த்து பொருள் எடுப்பது போல் ஆகிவிட்டது திருமண பந்தம். அதனாலேயே பாதி திருமணங்கள் திடமாக நிற்பதில்லை. விவாகரத்து வாங்கியபின் விளம்பரங்கள் 'விவாகரத்து ஆனவரும் விதவைகளும் விண்ணப்பிக்கலாம். ஜாதி மத பேதமில்லை' என்றெல்லாம் கொள்கையைத் தளர்த்துகிறோம்.

இப்படியொரு காலகட்டத்தில் குழந்தைகளின் பருவ வயதைத் தவறவிட்டு விட்டு, நான் விரல் கொடுக்கும் வரை நீ

– வி.கிரிஜா, சென்னை.

மீண்டெழுதல்!



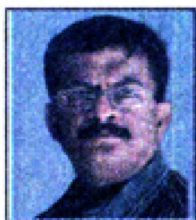
கவிதை

குறையாடையும் சதை
பிதுங்கலுமாய்
யுவதிகளின் பிரவேசம்
பேருந்து வரும் சில கணங்களில்
அநேக கண்களின் காட்சிப்பதிவு
விறுவிறுப்பாய் நிகழ்ந்தது.

யுவன்களின் மனம் கீறி
பாலுணர்வைக்
கசியச் செய்த வெற்றிக் களிப்பில்
யுவதிகள்.
வெட்கம் அறிந்து ஆடை தரித்தாள்
முதல் பெண்
கிளர்த்துதலே நாகரிகமெனில்
வெட்கம் உதிர்த்து
அம்மணமுமாகுமோ...!

— எஸ்.மைக்கேல் ஜீவநேசன்,
சென்னை

மணமகன் தேவை



S. RAVIKUMAR

◆ Iyer, Brahacharanam, Kasyapa Gothram, 03.11.1964, Thulam Swathi, 176 cms, B.Com, Advertising Executive at Chennai, Rs.15000/- p.m, seeks bride working at Chennai. Sub-sects no bar. Contact: 97908 63681, flora.ravi@yahoo.co.in Box No. 15482

H.M.HARIHARAN



◆ Wanted bride unemployed/employed for Chennai based Iyer, Vadama, Koushika, Anusham, Feb'71, MA(Eco), employed, Chennai with Antares (ITES) publishing services, Rs.15,000 p.m, ph. 044-24759634/9444957634 Website: www.astrohari5. com Box No. 15489



எஸ். சுந்தர நாராயணன்

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், ஷட மர்ஷணம், ஜூன் '68, அவிட்டம் -4, DECE,ADCHN, CCNA, CNA5, MCP (Comp) தனியார் கம்பெனியில் சீனியர் சர்வீஸ் இஞ்சினியர் 12,000 சம்பளம். கல்யாணமாகாத பையனுக்கு ஆதரவில்லாத படித்த, படிக்காத, கல்யாணமாகாத பிராமணப் பெண் தேவை. சுத்தமான சைவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். செல்: 9444611553. பெட்டி எண். 15511

SRIRAM, B.COM



◆ Iyer, Vadamal, Avitam, Kousika, fair, 5.9', 29 years private company, Chennai, Rs.15,000/- p.m, suitable girl. Subsect no bar. No dowry. S.Sridharan, AC3, Tarangani, Mogapair West, Chennai - 58, Ph. 26530356

R. SANJAYMOHAN, B.B.A Diploma in Hotel Management



◆ Iyer, Vadamal, Vadhula Gothram, Chithirai, 10.09.1972, 5.6', working as Assistant Manager in a Three Star Restaurant in USA, Income Rs. 1.5 lakh p.m. seeks suitable employed/unemployed any Brahmin bride Subsect no bar. C. Rammohan, 1/1, Trustpakkam South Street, Residency Apartments, Mandaveli, Chennai 600028. Ph: 24934439/9176661227.

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌசிக கோத்ரம், திருவாதிரை, 7.3.1979, 6 அடி, எஸ்.எஸ்.எல்.சி, மாத வருமானம், Rs. 5000/-, நல்ல குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. செல். 9442422660, 9843126970. பெட்டி எண். 15470

◆ Tirunelveli Iyer, Vadamal, Kousikam, Ashwini, Mesha Rasi, 20.6.1979/5-6'/ BBA, Own Catering Business (Mount Catering), Rs 8 lakhs per annum, having own house, two cars, very charming boy, seeks unemployed girl. Ph: 044-24320699/ 9941342269. Box No. 15471

◆ Iyer, Vadamal, Vadhulam, Thiruvonam, 4.11.1981, 5'11", B.Sc., M.B.A, working in Financial software system, as senior executive H.R. in chennai earning 3.6 lakhs p.a. seeks suitable girl. Ph: 9003288958/ 044-42668396. Box No. 15472

◆ Madhwa, Kannada, Balaganadu, Baradwaja, Sathayam, 16.12.1977, 5'6", Deputy Manager, MNC Bangalore, 8 lacs per year. Seeks unemployed, Graduate/post graduate bride. Cell: 9361212127/ 9790458287. Box No. 15473

◆ வடகலை, பாரத்வாஜம், 1966, மாத வருமானம் 15,000/- மேல்நிலைப் பள்ளி ஆசிரியருக்குத் தகுந்த படித்த பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். பெட்டி எண்: 15474

◆ Madhwa Brahmin, Marathi, 37 Atreya Uthiram, 160 cm, B.Com, Self-employed, Annual Income Rs.1,00,000 approx seeks suitable bride for early marriage. Contact 0612-2297850. Box No. 15475

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Kousikam, Kettai, 31, 178cm, B.Sc, Medical executive, Glaxo, Madurai, Rs.21,000/p.m. Seeks suitable bride, Graduate/not graduate/employed/ unemployed from decent family. Sub.sect no bar. Contact 9962012427. Box No: 15476

◆ ஐயர், வடமாள், கௌண்டின்யம், ஹஸ்தம், 18.08.77, 5'8", சிவந்த நிறம், CTSல் சாப்ட்வேர் என்ஜினியர், ரூ.75,000/- மாத வருமானம், பிரசவத்தில் மனைவியை இழந்தவருக்கு (குழந்தை இல்லை) பெண் தேவை. திருமணம் ஆகாத, வசதி குறைந்த, படித்த பெண்ணை எதிர்பார்க்கிறோம். எளிய திருமணம். போன்: 044-24745071/9789985695 பெட்டி எண். 15477

◆ Alliance invited from professionally qualified, employed bride for Iyer, Vadamal Boy, Paurakutsa, Moolam, 28, 5'8", B.E., M.B.A., MNC Bank, Chennai, 10 lakhs p.a. 044-22472445, vijswam @rediffmail.com Tamil matrimoni ID-M1207567. Box No. 15478

◆ Tamil Brahmin Iyer, Vadamal, Bharadwaja, Hastham, June 1971, 165 cms, IT Manager, Accenture, MNC, Bangalore, 12 lakhs Annum with Car Apartments seeks middle class, Graduate, Brahmin spinster, employed/unemployed. Subsect acceptable. Contact with horoscope. Biodata, family details. Ph: 04142-322912. Box No. 15479

ஜி. மதுசூதனன் B.A, PGDCA



◆ கன்னட/மாத்வா, விஸ்வாமித்ர, ஆறுவேலு, ரிஷபம், கார்த்திகை, 37, 171 செ.மீ, சுய தொழில், நல்ல வருமானம், இந்த மண மகனுக்கு வேலைக்கு செல்லாத குடும்பப்பாங்கான இதே இனத்திலிருந்து அழகான மணமகள் தேவை. தொடர்பிற்கு G. சுசீலா, 4/1B, 'முதல் தளம்' குருவம்மாள் நகர், கலங்கல் ரோடு, சூலூர் - 641402, கோயமுத்தூர் போன் - 0422 - 2681440, செல்: 9865232496

◆ Iyer, Kaundinyam, Vathimal, 20.09.1973, 10.31 p.m, Thiruvathirai, Midhunam, 163 cm, B.Com, PGDFM, DIMM, Asst.Manager, Rs.1.50 lacs P.A, Own house, clean habits, seeks homely, qualified, employed/ unemployed girl. Box.No. 15480

◆ Iyer, Brahacharnam, Srivatsam Makham, 29/165, MNC (Shipping), Chief Officer, Rs.20 lacs pa. Seeks suitable girl from decent family. Subsect no bar. Ph: 044-22331698. Box No. 15481

◆ Iyengar, Vadagalai, Naithruva Kasyapa, Uthirattadhi, B.Com,

30, 5'6", MNC, Tidel Park, Goodlooking, Rs.10,000/- p.m, Own flat, only boy (father only alive), seeks good looking working girl. Ph: 044-22411247. Box No. 15483

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Srivatsam, Karthigai, 25th Sep 75, 175 cm, fair, Software Development Manager, B.Sc GNIIT MCA, Oracle India, Bangalore, 15 lacks P.A, seeks, suitable bride, Age Dif 3-6, acceptable. Gopalaswami, 044-26620249, Cell: 9940172568. Box No. 15484

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Koushikam, Swathi, 6th July 76, 178 cm, Fair, MS IT & Management, Project Manager, I Gate, Chennai, Salary Rs.8.5 Lacks p.a, seeks suitable bride, age difference 3-6. Acceptable C.Sankaranarayanan, Ph. 044-23661825, Cell. 9962594199. Box No. 15485

◆ ஐயர், பிரஹச்சரணம், ஆத்ரேயம், பூரம் - 4, 33 வயது, 172 செ.மீ, சிவப்பு நிறம், M.Phil (ELT) PGDTE, UGC (NET), ஐதராபாத் தனியார் தொழில் நுட்பக் கல்லூரியில் சீனியர் துணைப் பேராசிரியர் (ஆங்கிலம்), ரூ.2,28,000/- ஆண்டு வருமானம், ஒழுக்கமுள்ள பைய னுக்கு படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம் மதம். பெட்டி எண். 15486

◆ Iyer, Vadamal, Athreya, June-72, 172 cm, Avittam - 3, M.Com, Employed at Hosur, Rs.18,000/- p.m, Own House (No mother). Subsect no bar. Seeks bride. Contact - 04344 - 245962, 98947 81905. Box No. 15487

◆ Tamil, Iyer, Ashtasahasram, Srivatsam, Revathi-4, 27, 5'7", Fair, B.com, D.NIIT, PGDHRM, Senior Officer, ACES (ABN Amro/RBS), Chennai, Rs.26,000/ p.m, seeks fair graduate girl. Subsect no bar. Box No. 15488

◆ Palakkad Iyer, Parasaram Gothram, Rohini, Brahacharnam, 16th May 1980, 6'2", Chartered Accountant, working in MNC, Salary Rs.7 lakhs per annum, seeks suitable, well educated, employed girl. Contact 99410-84824/ 9941326763. Box No. 15490

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Hastham, 29/170, MCA, MNC, Bangalore, 7.8 Lakhs seeks Brahacharanam/Vadama. Professionally qualified employed, Chennai/Bangalore girl preferred. Parents settled in Tamilnadu. Ph. 0431-2769986/080-41488604/ 09986000090. sriram4000@yahoo.com TM-M877709, Sai Sankara 50721. Box No. 15491

◆ ஐயர், கௌண்டின்யம், வடமாள், பூசம், (20.8.1960), இளமையான தோற்றம், மாநிறம், 5'5", MA (Econ) P.C.DP - தனியார் நிறுவனம், 5,000/- மாத வருமானம், நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, படித்த குணமுள்ள, குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள்

சம்மதம். விவாகத்திற்கு தாமதம் சூழ் நிலை. பெட்டி எண். 15492.

◆ Iyer, Brahacharanam, Pooradam, 44,5'7", fair, B.com, Accounts Dept. Rs.90000/-Addl.50000/- PA, own flat, sub sects no bar. Divorcee/widow without issue acceptable. No demands. Simple marriage. Ph. 24405461, Box No. 15493

◆ Iyer, Vadama, Athreya, Magam, 37 yrs, 172cms, Affluent, Self employed Professional, Pondicherry based, Separated Upon Legal Mutual Consent, No encumbrances, educated girls with good family back ground, aged 29-32. Contact 9894537958/0413-2243127. Box No. 15494

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், குத்ஸவகோத்ரம் உத்திரம் - 2, 33, 5.2', ஒட்டுனர், சிங்கப்பூர் 35000/- மாத வருமானமுள்ள பையனுக்கு குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. 9444474042, 954577264552. பெட்டி எண். 15495

◆ ஐயர், வடமாள், ஹரிதம், புனர்பூசம், மிதுனம், 30, 5.7", M.Sc, B.Ed, ரூ 20,000/- மாத வருமானம், தனியார் பள்ளியில் ஆசிரியர் பணி, சொந்தவீடு, ஒரே மகன், வேலையில் உள்ள/இல்லாத மணமகள் தேவை. போன்: 43521213/ 9840227357. பெட்டி எண். 15496

◆ ஐயர், வடமாள், கௌசிககோத்திரம், பிறந்த தேதி10.10.71, 6', A.C.A, தனியார் பணி, சென்னை, மாத வருமானம் ரூ.75,000, டிகிரி படித்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. தொடர்பு 044-24985580. பெட்டி எண். 15497

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், மூலம், வயது 36, +2, 10,000/- மேல் மாத வருமானமுள்ள பையனுக்குத் தகுந்த மணமகள் தேவை. எளிய திருமணம். எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. போன் - 044.28132009, 98408 28124. பெட்டி எண். 15498

◆ Smartha Kannada Iyer, Gowthama, Pooradam, 27/5.7", Good looking, BE, Ford India, Chennai, 4.5 Lacs. Seeks Graduate, homely good looking fair girl. Contact 9894230556. Box No. 15499.

◆ Tamil Iyer, Vadama, Koundinyam, Poosam, 29/180, B.Sc, CCNA, 2.5 Lakhs p.a seeks Chennai based Vadama, Graduate, working girl from good family. No expectations. Ph: 24611053. Box No. 15500

◆ Karthigai, Kowshikam, Vadamal, 29, Software Engineer, Chennai, 7.8 lacs p.a, looking for suitable home-maker bride. Ph: 044-22632029. Box No. 15501

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundinyam, Poosam(4), 30, 181 cm, B.Com, GNIIT, Senior Project Leader, MNC, Bangalore, 6 lakhs p.a, seeks suitable Graduate bride. Subsect no bar. Contact - 080 - 23655953, (0) 9880231575. Box No. 15502

◆ தேவர், பி.காம், வயது 30, ஆசிரியர், தனியார், 8,000/- உடல் அளவில் தாம்பத்திய வாழ்க்கையில் ஈடுபட முடியாத வரனுக்கு இதேபோல் குறைபாடு உடைய (அல்லது) இந்த குறைபாட்டை ஏற்றுக் கொள்ளக்கூடிய பரந்த மனப்பான்மை உள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதி தடையில்லை. பெட்டி எண். 15503.

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharatwajam, Uthiradam-4, 34, 5'10', M.A, Mktg. Executive, Reputed Co., Rs. 17000/- p.m, seeks +2 (or) Any U.G in Ats, Sc., Girls Age upto 30, from middle class, subsects no bar. No Horoscope matching, mutual satisfaction, no expectations, simple marriage. Contact V. Sundaresan. Ph. 0427-2296332. Box No. 15504.

◆ Sozhiavellalar Pillai, N.V., Ayilyam, Fourth Patham, 28/178 cm, B.Com, DBA, DCA, Fair, Senior Executive Commercial Aditya Birla concern, Chennai Salary 4.5 lacs annum plus perquisites, seeks suitable employed/employable girl from Sozhia, Karkatha, Saiva Vellalar Pillai contact with horoscope, Biodata Ramachandran 9994284199. Box No. 15505.

◆ Iyer, Brahacharanam, Kashyapam, Vishakam(4), 30/183/MCA/ Rs.50,000/-p.m, U.K. based MNC, Bangalore, Very fair, good looking. Seeks Graduate, Bangalore employed, good looking girl. Apply to Box No. 15506.

◆ Iyer, Vadamal, Koundinyam, Thiruvonam, 27 years, 5'5", fair, MCA, DNIIT, Employed in CTS, Chennai, salary Rs.3 lakhs p.a. Owns house seeks working/willing to work

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி : 10.03.2009. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47-NP., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032

girl. Subsect no bar. Contact: 9840635211/044-22580815. Box No. 15507.

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Kashyapa, 31/170, Very fair, BE, Software Engineer, HCL, Chennai 4 lacs p.a., Clean habits seeks alliance professionally qualified, employed Chennai, fair, respectable family, Ph: 9940222201, 9442627622, 0427-2268484. Box No. 15508.

◆ Iyer, Brahacharanam - 1978, Mirugaseersham, Koundinya Gothram, 165 cm, M.Sc., + Actuarial, Serving as Asst.Manager at Reliance Insurance, Bombay, 5.6 Lakhs PA. Subsect no bar seeks suitable bride. Box No. 15509

◆ Iyer, Brahacharanam, Kashyapam, Poosam -3, 34/170 cms, (M.B.A), B.C.A, DCS, ADCHM, PDCA, Business Executive, Zenith Computers Ltd., Coimbatore, Rs.2.5 Lakhs/annum, seeks Graduate girl, employed/un- employed. Subsect no bar. Ph. 98941-06991, 97919-02747. Box No.15510.

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே! - *பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032*

◆ Iyer, Brahacharanam, Kabi, Thiruvoonam 1st padam; 31/5.5', M.S working in a Bangalore based private concern drawing 3 lakhs per annum; seeking good looking Graduate girl around 26 years; Subsect no bar. Contact R. Jayalakshmi. Ph. 9840104700/ 22431712. Box No. 15512

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Bachelor Bharadwajam, Thiruvonam, 35/178, B.Com, HDSE (MBA), Teetotaller, MNC 48,000 pm, Bengaluru. Seeks suitable Bramin Bride. Job optional. Sub-sect, Language no bar. Ph: 044-42617312, 9381877706. Box No. 15513

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கபி, ரோகிணி 1, 30/180 செ.மீ, L.Tech, B.B.A, MNC, 5 lakhs/p.a. சொந்த வீடு. பட்டப்படிப்பு, தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். 22761402/9789960882. பெட்டி எண். 15514

◆ Iyer, Bridegroom, Vadamal, Kousigam, Kettai, 33 years, 5'6", B.Sc, Own Pharma Company, Chennai, Earning 30,000 p.m, seeks Graduate employed/Un employed girl. Ph:044-26544923. Box No. 15515.

◆ Iyer, Koundinya, Vadama, Revathi, 36/170, B.Com, doing MBA/Scope international/ Rs. 23,000 p.m, seeks suitable girl preferbly employed. Subsect no bar. Contact: 044-22241633, 9884303761. Box No. 15516

◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், கேட்டை, 1971/5.8'/D.M.E, தனியார் கம்பெனி, ரூ.12,000 மாத வருமானம் உள்ளவருக்கு/படித்த, வேலைக்குச் செல்லக்கூடிய பெண் தேவை. M. ராஜலெஷ்மி, Ph: 044-2266002. Box No. 15517

◆ வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம் மூலம் - 3, 36 வயது, 6 அடி, M.A.DFT, சொந்த பிஸினஸ் சென்னையில் சொந்த வீடு உள்ள அழகான கெட்ட பழக்கம் ஏதுமில்லாத பையனுக்கு நல்ல பெண் தேவை. எளிய திருமணம். E.mail: Najisan2002@yahoo. co.in. Ph: 9790844335. பெட்டி எண். 15518

◆ ஐயர், வாத்திமாள், தாரகாயண, கார்த்திகை, ரிஷப ராசி, B.Com, 35, 5.8', Godown Incharge In Pfizer Pharma Ltd, மாத வருமானம் ரூ.10,000/- சொந்த வீடு உள்ள ஒரே பையனுக்கு குறைந்தபட்சம் +2 படித்த பெண் தேவை. Ph. 9790703696 பெட்டி எண். 15519

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்சம், பரணி, 33/155 செ.மீ, தொழில் வைதீகம், ரூ.6000/- மாத வருமானம் உள்ள மணமகனுக்கு 10/+2 படித்த குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். போன்: 9444929759/9790920572/044-22232095. பெட்டி எண். 15520

◆ Iyer, Vadamal, Haritham, Kettai, 34/172, Territory executive, Fourrts India Chennai, 25,000 p.m, seeks suitable bride. Subsect no bar. Contact 23722303, Cell: 98408 00608. Box No. 15521

◆ Vadamal, Srivatsam, Avittam-I, 6'/33 yrs, B.E, M.S(USA), East Coast, Visiting India, Feb '09, BHP Najisan2002@yahoo.co.in Photo must. Ph: 9790844335. Box No. 15522

◆ Iyer, Vadamal, Haritham, Swathi, fair, 30/161, M.B.B.S, D.C.H. DNB Doctor, Child Specialist, Reputed Hospital and clinic, Chennai. Rs.80,000/ month seeks suitable bride. Contact: 23722303, Cell: 9840759790. Box No. 15523

◆ Tamil Iyer, Unmarried, Vadama, Koundinya, Hastam, 35/5.2', fair, Handsome, looks younger, B.Sc, M.C.A., Software Engineer, HCL, Chennai, Eleven Lakhs p.a, seeks suitable Iyer girl, Graduate, good looking employment optional, Height below 5.3', horoscope match must. email: rkrishk@yahoo.com Box No. 15524

◆ Alliance invited from parents of Iyer, Graduate girls below 32 for boy,

Bharadwajam, Krithika, April 74, 5'11", B.Com., Dealer in Stock Broking Company in Mumbai, 4 Lacs pa. Contact: aaress62@gmail.com or write to Box No. 15525

◆ Iyer, Vadamal, Viswamithra, Hastham, Own Business, 25,000/- p.m, Chevvai Jadhagam, fair habits, seeks homely good looking girl. Subsect acceptable. Contact: 9444577210, 9952363530, 044-22237715. Box No. 15526

◆ Vadagalai Iyengar, Koushikam, Poorattadhi, 32, 5'6", well built, Marketing Executive, (PG), Wadia Group, Monthly Income Rs.25,000/- Madras based owns independent house Tambaram seeks any brahmin homely girl. Contact 044-22263838/2241632. Box No. 15527

◆ Vadakalai, Bharatwaja, Revathi, 34, 5'8", strongly built, Top Executive, ME (Pilani), Software, Mumbai. Monthly Income Rs. 90,000/- (Mother Railway Pensioner), wanted PG any brahmin girl. Age difference 3 to 5, BHP. Contact 022-29655770. Box No.15528

◆ Wanted bride 30 to 34, Graduate, employed, affectionate, for B.Com, TCS MNC, Chennai, 9.5 lacs per annum, July 72, Bharadwajam, Pooratadhi, Vadamal, 5'5", clean habits, very smart. Subsect no bar. Ph:044-23719055, 9444569755. Box No. 15529

◆ ஐயர், வடமாள், வாதூலம், உத்திரம், கன்னி ராசி, 45, விவாகரத்தானவர், நல்ல உத்தியோகம், அரசாங்கச் சம்பளம், மிக நல்ல குணம், முப்பத்தைந்து வயது மதிக்கத்தக்க இளமைத் தோற்றமுள்ள பையனுக்கு ஐயர் பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. பெட்டி எண். 15530

◆ ஐயர், ஸ்ரீவத்ஸ, அஷ்டசாஸ்திரம், ரேவதி-3, 07.09.1971,174 செ.மீ, PGDCA, SBI (Insurance/Mutual/Fund/Share Promoter), ரூ.30,000/-, 2) பரணி, 27.01.1977, 180 செ.மீ, Diploma (EEE), துபாய், ரூ.25,000/-, + தங்குமிடம். தகுந்த பெண் தேவை. ஐயர், ஐயங்கார், தமிழறிந்த கன்னட, தெலுங்கு, பாலக்காடு ஐயர் சம்மதம். அக்கா, தங்கையாயினும் சம்மதம். எதிர்பார்ப்புகளற்ற எளிய திருமணம். 04366 243909, 9095871574. பெட்டி எண். 15531

◆ Alliance invited for Hindu, Tamil Pillai boy, age 29, 168 cms, 65 kg, working/fulltime top listed telephone company in USA. Contact 9884597013. Box No. 15532

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், ஆயில்யம் (3), 1.10.1975, B.Sc, MCA, சிவப்பு நிறம், டி.வி.எஸ், சென்னை, 30,000/- + ஒரே மகன், சொந்த வீடு, சேமிப்பு உள்ளவருக்கு நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பட்டப்படிப்பு படித்த தகுந்த மணப்பெண் தேவை. வரதட்சணையோ எதிர்பார்ப்புகளோ இல்லை. வசதி குறைவானவர்களும் தொடர்பு கொள்ளலாம். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். போன்: 044-26701644. பெட்டி எண். 15533

◆ Iyer, Brahacharanam, Bharadwaj Tiruvatharai-3, 35/170 cm/BBA, PG Dip Garment Merchantdising-NIFT. Doing MBA, Rs.3 Lpa. Well settled at Noida - Delhi seeks Graduate/ Dip Girl 29-33 yrs. Sub- sect no bar. Contact 0120-2588044/ 09811302889/ chithraviswanath@gmail.com Box No 15534

◆ Iyer, Brahacharanam, Sankrithi, Uttarattathi, age 31, very fair, MCA, SWE, MNC, Chennai, Salary Rs. 40,000/-, p.m. seeks well employed girl preferably at Chennai. Contact No. 044-24356541, 0431-2437251. Box No. 15535

◆ Iyer, Brahacharanam, Koundinyam, Uththaradam, Kanni Rasi, 166 cms, August '72, B.Com., PGDCA, employed private company 2 lakhs p.a. Salary plus other income own accomodation in the city seeks suitable bride. Box No. 15536

◆ Iyer, Vadamal, Athreyam, September 74, 5'11", Pooram, V.fair, P hd in Geography, Asst. Professor, near Chicago, USA, $44000pa seeks suitable bride. Subsect no bar. Ph: 080/25457594; 41613158. Box No. 15537

◆ Tirunelveli Saiva Pillai, May 83, 179 cm, BE(Mech), Pooram, Simmam, 5L p.a., working Chennai seeks UG/PG/BE Girl. Send BHP. Cell: 9841939448. Box No. 15538

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 500/-
அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ. 15/-
வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ. 100/- கூடுதலாக அனுப்பவும்.
வண்ணப் புகைப்படத்துடன் (1" x 1") வெளியிட ரூ. 800/-

◆ தெலுங்கு பிராமின், ஸ்ரீவத்ஸம், பூரட்டாதி 1974/ 165 செ.மீ, எம்.சி.ஏ. சாஃப்ட்வேர் கம்பெனி பிராஜெக்ட் மேனேஜருக்கு நன்கு படித்த மணமகள் தேவை. போன்: 26151883/ 9840174799, வி. பாலசுப்ரமணியன், 248/1, பயனீர் காலனி, அண்ணாநகர் (மேற்கு), சென்னை - 600 101.

◆ Iyer, Brahacharanam, Haritham, Uthiram, Nov.1965, 5'7", M.Com., FIII, New India Assurance Co.Ltd., Chennai. Rs.25000/- p.m seeks suitable Graduate, employed bride. V.Balasubramanian, D-50, Hindu Colony, 17th Cross Street, Nanganallur, Chennai - 600 061.044-22242708.

◆ சுக்லயஜுர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், கார்த்திகை, 27, 163, B.E.,(MBA), IT, நல்ல நிறமுள்ள, மணமகனுக்கு குடும்பப்பாங்கான பட்டதாரி பெண் தேவை. கே.எஸ். இராமகிருஷ்ணன், 11, பி.வி. ஆச்சாரி தெரு, பல்லாவரம், சென்னை - 600 043. போன்: (044) 22661359

◆ Iyer, Vadamal, Srivathsam, Sadhayam IVth, May '79, 170 cm, M.Com(MBA), V.Fair, M.N.C, Chennai, Rs.30,000/- p.m. Seeks Graduate employed, unemployed, good looking girl from decent brahmin family. Subsect no bar. S.Alamelu, 991, IVth Cross, Balaji Nagar, M.P.Mandapam, Sakkottai (Po), Kumbakonam 612 401, Cell: 9894887094.

◆ Brahacharanam, Haritha, Kettai, 5.9.1973, B.Sc., PGDIT, 5.5', Asst.Project Manager, MNC, 85,000/- p.m, Owns flat, Ct.Susila, B-10, Rams Apt, 215, Velachery Main Road, Velachery, Chennai - 42, Ph: 22434026.

◆ Iyer, Vadama, Viswamithra, 29.6.1971, Uthiram, B.A with Computer Literate, 5.11', Executive, DCM Group of Co's, New Delhi, Rs.45,000/p.m, Own house at Chennai. Contact; Latha Nagarajan, T-4, Navin's Brindhavan Apart, 88, Brindhavan, St. West Mambalam, Chennai - 33.

◆ Delhi Iyer Parents seek qualified girl for C.R.Krishnan, B.Sc, MBA (Mktg) with Airtel, Bhuvaneswar as Manager. Bharadwajam, Pooradam-3, 5'11", 22.12.76, 10 a.m, Palghat, ssmatri 51271, TM M877070. Cont: C.P. Raman, C-1A/94B, Janakpuri, New Delhi - 110058, Mob. 09818292582, cpram123@rediffmail.com.

◆ Tamil Vadamal, Srivathsam, Krithigai - 4, Rishabam, 27, 5'10", MCA, Very fair working USA

H1Visa seeks educated bride. Ph: 044-22417962, 9444672562. S.Venkataraman, 135, Chandran Nagar, Chrompet, Chennai 600 044.

◆ Vadakalai, Iyengar, Kowsigam, Avittam, 37 yrs, 165 cm, fair, slim, BBA, working in Railways, expecting Graduate girl from any Bramin community. Ranganathan, 3, Perumal Koil Tank Street, Villivakkam, Chennai - 600 049. 044 26170837, 09445181122.

◆ Madhwa, Kannada boy, 34,182,24000, B.Sc, Kousika, Poosam, Working in The Hindu, Pondicherry seeks Graduate Kannada/ Desastha Girl. Send Horoscope to V. Sridhar, D-28, New No.9, 16th Cross Street. The Hindu Colony, Nanganallur, Chennai - 600 061. Tel: 22243040

◆ Desistha, Madhwa, Viswamithra Gothram, Kirthigai, 08.11.1976, 5.9', MPhil, B.Ed, BT assistant in Govt school seeks suitable well educated and working Brahmin Girl. Contact Padmanabhan.S, M636, TNHB, Vennampatti Road, Dharmapuri - 636 705, 04342-284140; 9442284140

◆ Vadamal, Kousigam, Bharani - 3, Dec.73, 164 cm, B.Sc, MBA, Sr.Executive, Ltd Company 3 lakhs p.a. Seeks suitable bride, Rajaraman 2/8 Sridevi Amman St, Subash Nagar, Chromepet, Chennai 600 044, Ph: 044 2265 1830, 988 4247635

◆ ஐயர், பிரகசரணம், ஸ்ரீவத்ஸம், ரோகிணி, எம்.காம், 40, 13,000, மத்திய அரசு பணி, சென்னையில் சொந்த வீடுள்ள, சட்டப்படி, விவாகரத்தானவர், +2/டிகிரி படித்த மணமகள் தேவை. விவாகரத்தானவர் தவிர்க்கவும். எஸ். சரஸ்வதி, B4, ராமச்சந்திரா ஃபிளாட், கார்த்திகேயபுரம், 4-வது தெரு, மடிப்பாக்கம், சென்னை - 91. 22471451/9283170322/9283255351

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், கௌதம கோத்திரம், அவிட்டம் - 1, 17.10.1972, B.Tech, Senior, Executive, Eicher Motor, Ltd, Rs.20,000/p.m. தகுந்த மணமகள் தேவை. Cell.98416-71441. Smt.R.Lakshmi, N.4, Mahadevan St, Nehru Nagar, Chrompet, Chennai - 600044.

◆ ஐயர், பாரத்துவாஜம், அவிட்டம் 40/165 செ.மீ, B.Com, PGDCA, தனியார் கம்பெனி மாத வருமானம், ரூ.15,000/-+ சம்பாதிக்கும் பையனுக்கு +2 / டிகிரி படித்த வேலைக்கு செல்லும்/செல்லாத மணப்பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. எளிமையான திருமணம். (Divorcee issueless also can contact) Ph. 23726078, 24853918, email: muralisworld@yahoo.com பரமேஸ்வரன், 14/C கிருஷ்ணாபுரம் தெரு, சூளைமேடு, சென்னை - 600094.

◆ Wanted Bride upto 40 years for Tamil Iyer, Vadamal, Naidruva kasyapa, Aswini, 1967, 170cm, B.Sc., Electronics, MBA, Employed Mumbai. Brahmin mixed parentage acceptable. Contact: Flat 21, Anuradha Complex, Bhaupatil Road, Kirkee, Pune - 411020. Phone:020 25818702 / 9890001857. (Not to be contacted 6 pm to 8 pm) E-mail: vishuiyer @rediffmail.com

மணமகன் தேவை

◆ Dec'80 born, fair, beautiful, Graduate, Avittam, Homely, Affluent family, father - Telugu Reddy, mother - Iyer, invites similar or any-one Brahmin parentage from well settled grooms. India/Abroad, Contact - 98403 45911. Box No. 20261

◆ Iyer, Ashtasahashram, Shadamarshana Revathi, 25, 4.6', fair, Bach.of Mgt, studies, PG DIP & B.Ed, in special Education, Doing M.Ed in special education, seeks well qualified groom. Subsect no bar. Contact 022-26285577/044-24511460. Box No. 20263

◆ Iyer, Ashtasahastram, Srivatsam, 27, Avittam, Makara (MBA Final) 5 ft, very fair, employed in TCS BPO Rahu in 8th place seeks groom professionally qualified Subsect no bar. Send horoscope to Box No. 20264

◆ Iyer, Ashtasahastram, Pada Narayana, Punnarpoosam-3, 30/160, MCA, Wheatish Software Engineer, MNC, Chennai, Rs.58,000/- p.m. seeks suitable bridegroom Chennai/Bangalore based professionals. Contact: 9840589912. Box No. 20265

◆ ஐயர், பிரகசரணம், மௌத்கல்யம் சுவாதி, 36, 152 செ.மீ, M.Sc Telecom

R.GOMATHI SANKARI



◆ **Saiva Karkathar Pillai, aged 24, M.Sc., B.Ed, (Maths), 160 c.m, Punarpoosam, Kadaka Rasi based at Salem seeks suitable groom of same caste, well qualified and employed, from good family. Ph: 0427-2445158, Cell: 9443663889. Box No. 20262**

இல் பணி சட்டப்படி விவாக ரத்தானவர். கண் பார்வையில் சிறு குறைபாடுள்ளவர்; 8 வயது மகள்; பரந்த மனப்பான்மையுள்ள Govt/PSU/ Bank/ Teacher மணமகன் தேவை. 0431-2795106/9940450903. பெட்டி எண். 20266

◆ **Vadama, Srivatsha, Uthiradam-I, 28/162/P.G, Actuarial Consultant, UK seeks Non IT Professionals. Visiting India February. Details: tmm732338/ SSmatri39191. Ct: 022-28688574/ 09967970428. Box No. 20267.**

◆ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்சம், மிருகசீரிஷம், 40/165 செ.மீ, வில்லங்கமில்லாத சட்டப்படி விவாகரத்து பெற்றவர். சென்னையில் வேலை. தகுந்த மணமகன் தேவை. போன் நெம்பர் 044-24640480, 9840018346. பெட்டி எண். 20268

◆ Chennai Viswakarma, Kammalar (Achary), Godhram, Subarsana Rishi, Kadaka Rasi, Aayilyam, 9.8.83, 5 feet, B.A, Music, Diploma in Fine Arts (Kalakshetra), M.A Music, running own music class seeks well employed, Graduate, vegetarian groom from same sect. M.Nagarajan, 49/17, Anna Street, Thiruvanmiyur, Chennai 600 041. Ph: 044-65295755 Mobile: 9841233726

மணமகன், மணமகள் தேவை

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Bharath wajam. 1) Groom for girl. M.Sc., (Micro) 1st class 12/66, 5.3', Medium Complexion, Thiruvadirai 1st Padam, Boy with degree & job with clean habits willing to stay with girl's Parents in their own independent house and 2) Bride for her younger brother B.E., (Chem) very fair 4/69, 5.5', Hastham, marketing 12,000/- Graduate girl, fair no demands simple marriage. Girl only consideration. 3) Both brought up and educated in Mumbai. Recently settled in Bangalore. Kindly send horoscope, Biodata and family details with photo (returnable) to, P.Krishnamoorthi, 283A. A.M.S. Layout, Vidyaranyapura, Bangalore - 97. (Widowers / widows / divorcees please excuse)

மார்ச் 2009 மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசித் தேதி : 5.02.2009



மங்கையர் மலரின்

திருமண மலர்

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டண விவரங்கள்
முதல் முப்பது வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 500/-
30க்கு மேற்பட்ட வார்த்தைகள் ஒவ்வொன்றுக்கும் தலா ரூ. 15/-
வண்ணத்தில் ஹைலைட் செய்ய கூடுதல் கட்டணம் ரூ. 100/-

1" X 1" அளவில் வண்ணப் புகைப்படத்துடன் 30 வார்த்தைகள் அடங்கிய விளம்பரத்துக்கு ரூ. 800/- (அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ 15/-)



வண்ணப் புகைப்படத்துடன் விவரங்கள் அடங்கிய அரை பக்க Profile விளம்பரம் ரூ. 2500/-

வண்ணப் புகைப்படம் அனுப்புபவர்கள், தெளிவான புகைப்படமாக, பாஸ்போர்ட் அளவில் இரண்டு பிரதிகள் அனுப்பவும். புகைப்படங்களை திருப்பி அனுப்ப இயலாது.



கட்டணத்தை நேரில் ரொக்கமாகவோ அல்லது சென்னை செக்காகவோ, வெளியூர் டிமாண்ட் டிராப்டாகவோ, மங்கையர் மலர் என்ற பெயரில் எடுத்து அனுப்பவும்.

விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்க:

மங்கையர் மலரின் திருமண மலர்

47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல்,

சென்னை - 600 032.

தொலைபேசி : 4343 8888

Fax : 044 - 4343 8899

email: marketing@kalkiweekly.com

ராசி பலன்களும்,
எளிய பரிகாரங்களும்

பிப்ரவரி மாதம் எப்படி?

சந்			
சுக்	1.2.2009 அன்று ராசி கிரகநிலை		கே
சூ ரா கு செ			சனி
பு			

கிரக நிலை



கணித்து வழங்குபவர் : டாக்டர் முருகடிமை துரைராஜ்



மேஷம்

(அசுவினி, பரணி, கார்த்திகை 1-ம் பாதம்)

மேஷ ராசி அன்பர்களே! உமது ராசிநாதன் செவ்வாய் உச்சம் பெற்று குரு பகவானுடன் இணைந்து குருமங்கள யோகம் தருகிறார். புதிய முயற்சி எதுவானாலும் வெற்றி தரும். அரசு அலுவலில் அனுகூலமான ஆணைகள் பெறலாம். பிரயாணம் மூலம் உடல் நலம் பாதிக்கும். வாக்கினால் வளமும் நலமும் சேரும். எனினும் யாருக்கும் ஜாமீன் போட வேண்டாம். கணவன் மனைவி இடையில் இணக்கம் தேவை. தடைப்பட்ட படிப்பு தொடரும். பெண்கள் தாயார் வீட்டு அனுகூலங்களைப் பெறுவர். மாணவர்கள் படிப்பில் கூடுதல் கவனம் தேவை. வாக்கினால் ஜீவனம் புரியும் ஆசிரியர், வேத விற்பன்னர்கள், இசைக் கலைஞர்கள் ஏற்றம் பெறுவர். 16.2.2009 மாலை மணி 6.33 முதல் 19.2.2009 காலை 6.42 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண் 3,6,9.

அதிர்ஷ்ட கிழமை செவ்வாய், வெள்ளி.

பரிகாரம்: பிரதோஷ காலத்தில் சிவாலய தரிசனம் செய்க. பிரதி செவ்வாய் மாரியம்மனுக்குக் குங்கும அர்ச்சனை செய்க. பிரதி வியாழன், தட்சிணா மூர்த்திக்கு நெய் தீபம் ஏற்றி மஞ்சள் வண்ண மலர் சாத்தி வழிபடவும்.

(கார்த்திகை 2,3,4 பாதங்கள், ரோகிணி, மிருக சீரிஷம் 1,2 பாதங்கள்)

ரிஷப ராசி அன்பர்களே! உமது ராசிநாதன் சுக்ரன் பத்தாம் இடத்தில் கேந்திர பலம் பெற்று, சனி பகவானின் பார்வை பெறுகிறார். தொழிலில் முன்னேற்றம் மிகுந்து காணப்படும். தடைகள் அகலும். கடன் தீரும். கவலைகள் சுவடு தெரியாமல் மறையும். வீடு, மனை, பூமி என வாங்கலாம். பெண்கள் விரும்பிய பொருளை வாங்கி மகிழ்வர். கருவுற்ற பெண்கள் உடல் நலனில் கூடுதல் கவனம் தேவை. மாணவர்கள் கடினமாக உழைக்க வேண்டும். சிலர் உயர் படிப்புக்கு வெளிநாடு செல்ல நேரிடும். வழக்கறிஞர், ஆடிட்டர், கல்லூரி பேராசிரியர்கள், வங்கிப் பணியினர் அமோகமான பலனைப் பெறுவர். வியாபாரிகள் அரசு வழி அனுகூலமான பலனைப் பெறுவர். 19.2.09 காலை 6.42 முதல் 21.2.09 மாலை மணி 7.30 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

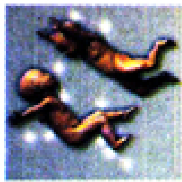
அதிர்ஷ்ட எண்கள் 5,6,9.

அதிர்ஷ்டக் கிழமை வெள்ளி, செவ்வாய், புதன்.

பரிகாரம்: பிரதி வெள்ளி, மகாலட்சுமியை மனமுருகி வழிபடவும். பிரதி செவ்வாய், அருகில் உள்ள அம்மனுக்கு குங்கும அர்ச்சனை செய்க.



ரிஷபம்



மிதுனம்

(மிருக சீரிஷம் 3, 4 பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம், 1,2,3 பாதங்கள்)

மிதுன ராசி அன்பர்களே! உமது ராசி அதிபதி புதன், சப்த ஸ்தானத்திலிருந்து உமது ஜென்மராசியைப் பார்க்கிறார். உமது புத்திக் கூர்மையினாலும் செயல் திறனாலும் தொட்டதெல்லாம் வெற்றி தரும். எதிர்பார்த்த வேலை கிடைக்கும். உமது மகன் (அ) மகள் வாழ்வில் வளமும் நலமும் கூடும். வெளிநாடு வாய்ப்பு தேடி வரும். சிலர் பூர்விகம் விட்டு வேறு ஊரில் குடியேற நேரும். பெண்களுக்குத் தாயார் வீட்டின் மூலம் உதவி கிட்டும். மாணவர்கள் கல்வியில் முன்னணியில் திகழ்வர். இசைக் கலைஞர்கள், மருந்து, துரித உணவகம், அழகு நிலையம், மருத்துவமனை போன்றவை தொடர்புடையவர்கள் ஏற்றம் பெறுவர். கலைஞர்கள் தொழில் வழி முன்னேற்றம் கிட்டும். சிலர் தொழில் முறை பயணமாக வெளிநாடு செல்ல நேரும். 21.2.2009 மாலை மணி 7.30 முதல் 24.2.2009 காலை மணி 6.53 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் 5,6.

அதிர்ஷ்ட கிழமை புதன், வெள்ளி.

பரிகாரம்: பிரதி புதன் சக்கரத் தாழ்வாரையும் பிரதி செவ்வாய் யோக நரசிம்மரையும், பிரதி வெள்ளி வீட்டில் விளக்கு பூஜையும் செய்க. மனக்கவலை தீரும். மகிழ்ச்சி பெருகும்.

(புனர்பூசம் 4ம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்)

கடக ராசி அன்பர்களே! உமது ராசிநாதன் உமது ராசிக்கு 9ல் திரிகோணம் பெறுகிறார். அவருக்கு 11ல் குரு அமர்கிறார். உமது எண்ணம் இனிதே நிறைவேறும். ஏற்றுமதி இறக்குமதி வாணிபம் சிறக்கும். திருமணம் ஆகாதவர்களுக்கும் திருமணம் ஆகும். பூர்விகச் சொத்தில் வில்லங்கம் தீரும். சிலர் மனைவி பேரில் வீடு, மனை, பூமி என வாங்குவர். கடன் கணிசமாகத் தீரும். பெண்கள் விருப்பம் நிறைவேறும். மாணவர்கள் சாதனை புரிவர். ரியல் எஸ்டேட், மெடிகல் ஷாப், பல்பொருள் அங்காடி, பங்கு வர்த்தகம் புரியும் ஏஜன்ட் போன்றவர்கள் மிக்க அனுபவம் பெறுவர். உத்யோகப் பிரிவினருக்கு வேலைப்பளு கூடும். கலைஞர்களுக்கு ஆதரவு அளிக்கும் செல்வந்தர்களின் நட்பு கிட்டும். 24.2.2009 காலை மணி 6.53 முதல் 26.2.2009 மாலை மணி 3.44 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

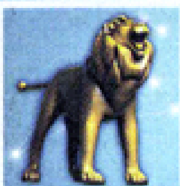
அதிர்ஷ்ட எண்கள் : 2,3,9.

அதிர்ஷ்ட கிழமை திங்கள், செவ்வாய், வியாழன்.

பரிகாரம்: பிரதி சோமவாரம், அம்பாளுக்கு நெய் தீபம் ஏற்றவும். லலிதா சகஸ்ரநாமம் பாராயணம் செய்க. இயலாதவர்கள் அபிராமி அந்தாதி படிக்கலாம். பிரதோஷ காலத்தில் சிவாலய தரிசனம் செய்க.



கடகம்



சிம்மம்

(மகம், பூரம், உத்திரம் 1ம் பாதம்)

சிம்ம ராசி அன்பர்களே! உமது ராசிநாதன் சூரியன் 6ல் குரு பகவானுடன் இணைந்து சஞ்சரிக்கிறார். மகப்பேறு கிட்டும். கொடுத்த வாக்கை நிறைவேற்றலாம். எதிர்பாராத தனலாபம் கிட்டும். பூர்விகச் சொத்தில் பங்கு கிடைக்க வாய்ப்புள்ளது. வீடு, மனை வாங்க வாய்ப்புண்டு. வழக்கில் வெற்றி பெறுவீர். பெண்கள் விரும்பிய ஆடை அணிமணிகள் வாங்குவர். மாணவர்கள் உயர் கல்வி பெற தடைகள் விலகும். ட்ராவல் ஏஜென்சி, தணிக்கையாளர்கள், வங்கிப் பணியினர், உணவகம் நடத்துவோர், பிரவுசிங் சென்டர், கால் சென்டர், போக்குவரத்து போன்றவை தொடர்புடையவர்கள் மிகுந்த ஏற்றம் பெறுவர். உத்தியோகஸ்தர்கள் கடின வேலைப் பளுவைச் சுமக்க நேரும். வியாபாரிகள் நலம் பெறுவர்.

26.2.2009 மாலை மணி 3.44 முதல் 28.2.2009 இரவு 10.19 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3,5,9.

அதிர்ஷ்ட கிழமை செவ்வாய், புதன், வியாழன்.

பரிகாரம்: பிரதி பிரதோஷ காலத்தில் சிவாலய தரிசனம் செய்க. பிரதி புதன்கிழமை மகாவிஷ்ணுவை வழிபடவும்.

கன்னி

(உத்திரம் 2,3,4 பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1,2 பாதங்கள்)

கன்னி ராசி அன்பர்களே! உமது ராசிநாதன் புதன் உமது ராசி 4ல் அமர்வு. மனைவியின் விருப்பத்தை நிறைவேற்றுவீர்கள். வெளிநாட்டுத் தொடர்பு கிட்டும். தந்தையின் உடல் நலனில் கவனம் தேவை. புதிய முதலீடு செய்ய, போதுமான நிதி கிட்டும். பெயரும் புகழும் சேரும். பெண்களுக்கு தாயார் வீட்டு ஒத்துழைப்பு கிட்டும். மாணவர்கள் தேர்ச்சி பெருமை தரும். குறிப்பாக தணிக்கை, பி.பி.ஏ, எம்.பி.ஏ பயில்வோர் மிகுந்த நன்மை பெறுவர். வியாபாரிகளுக்கு புதிய வணிக ஒப்பந்தம் உண்டாகும். வங்கி, அஞ்சலகம், தந்தி, தொலைபேசி, தொலைக்காட்சி போன்ற பிரிவுகளில் பணி புரிபவர்கள் ஏற்றம் பெறுவர். கலைஞர்கட்கு நல்ல முன்னேற்றம் கிட்டும். 1.2.2009 மாலை மணி 4.49 முதல் 3.2.2009 இரவு மணி 9.27 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை.

அதிர்ஷ்ட எண்கள் 4,5,6.

அதிர்ஷ்ட கிழமைகள் புதன், வெள்ளி, சனி.

பரிகாரம்: பிரதி செவ்வாய், யோக நரசிம்மரையும், பிரதி வியாழன் தட்சிணாமூர்த்தியையும் பிரதி வெள்ளி, மகாலட்சுமியையும் வழிபடவும்.





துலாம்

(சித்திரை 3,4 பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1,2,3 பாதங்கள்)

துலாம் ராசி அன்பர்களே! உமது ராசிநாதன் சுக்ரன் 4ல் அமர்ந்து சனி பார்வை பெறுகிறார். உமது விருப்பம் கைகூடும். நீதிமன்ற வழக்கில் வெற்றி கிட்டும். பிரிந்த தம்பதிகள் இணைவர். பேச்சில் நிதானம் தேவை. பணிகளை ஒத்திப் போட வேண்டாம். உயர் அதிகாரிகளிடம் பக்குவமாக நடந்து கொள்ளவும். குடும்பத்தில் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது அவசியம். சிலருக்கு வெளிநாடு செல்ல வாய்ப்பு தேடி வரும். பெண்கள் விரும்பிய ஆடை, அணிமணிகள் வாங்குவர். மாணவர்கள் படிப்பில் நல்ல முன்னேற்றம் கிட்டும். மருந்து, பூஜை சாதனங்கள், அமிலம், ரியல் எஸ்டேட், எலக்ட்ரிகல், எலக்ட்ரானிக்ஸ், போக்குவரத்து, பாடநூல், ஸ்டேஷனரி போன்றவை தொடர்புடையவர்கள் முன்னேற்றம் காண்பர். உத்தியோகப் பிரிவினர் உயர் அதிகாரிகளிடம் ஒத்துப் போவது அவசியம். 3.2.2009 இரவு மணி 9.27 முதல் 5.2.2009 இரவு மணி 11.43 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 4,6,8,9. அதிர்ஷ்ட கிழமைகள் வெள்ளி, சனி, செவ்வாய்.

பரிகாரம்: பிரதி வெள்ளிக்கிழமை, ராகு காலத்தில் வீட்டில் விளக்கு பூஜை செய்க. பிரதோஷ தினத்தில் சிவாலய தரிசனம் செய்க.

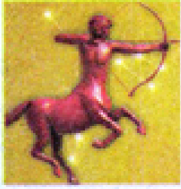
(விசாகம் 4ம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை)

விருச்சிக ராசி அன்பர்களே! உமது ராசிநாதன் செவ்வாய், உச்சம் அடைந்து குருவுடன் இணைந்து ராசிக்கு 3ல் சஞ்சாரம். குரு மங்கள யோகம் தருகிறார். பெயரும் புகழும் சேரும். மனைவியுடன் உல்லாசப் பயணம் செல்வீர்கள். வழக்கில் வெற்றி கிட்டும். விரோதிகள் விலகுவர். வாக்கினால் ஜீவனம் புரிபவர்கள் ஏற்றம் அடைவர். எனினும் யாருக்கும் ஜாமீன் கையெழுத்து போட வேண்டாம். தந்தையின் உடல் நலனில் கவனம் தேவை. பெண்கள் அதிகம் உழைக்க வேண்டியிருக்கும். மாணவர்கள் படிப்பில் மட்டும் ஆர்வத்தைக் காட்டினால் முன்னணியில் வரலாம். கருவூலம், தலைமைச் செயலகம், சர்வீஸ் கமிஷன், திட்டக்குழு, வானிலை ஆய்வு, விண்வெளி ஆய்வு, முத்திரைத்தாள் பதிவாளர், சட்டம் போன்றவை தொடர்புடையவர்கள் மிகவும் அனுகூலம் பெறுவர். உத்யோகப் பிரிவினர் உயர் அதிகாரிகளின் கெடுபிடியிலிருந்து தப்புவர். 5.2.2009 இரவு மணி 11.43 முதல் 7.2.2009 இரவு மணி 12.31 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3,6,9. அதிர்ஷ்ட கிழமை செவ்வாய், வியாழன், வெள்ளி.

பரிகாரம்: பிரதி செவ்வாய், மாரியம்மனுக்கு குங்கும அர்ச்சனை செய்க. உமது குலதெய்வத்தை காலையில் எழும்போதும், இரவு படுக்கைக்குச் செல்லும் முன்பும் மனத்தில் நினைத்து வழிபடவும்.



விருச்சிகம்



தனுசு

(மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1ம் பாதம்)

தனுசு ராசி அன்பர்களே! உமது ராசி நாதன் குரு பகவான், நீச்சம் அடைந்து 2ல் செவ்வாயுடன் இணைகிறார். கடன் தீரும். அரசு வழி அல்லல் தீரும். வெளிநாட்டில் பணி நிமித்தம் சென்றவர்கள் தாயகம் திரும்புவர். பூர்விகச் சொத்தில் வில்லங்கள் தீரும். புதிய முயற்சிகளில் அபார வெற்றி கிட்டும். போக்குவரத்தில் மிக்க கவனம் தேவை. பெண்களுக்கு மாமனார், மாமியார் அனுசரணையாகவே நடப்பர். விவாகரத்து பெற்றவர்கள் மறுமணம் புரிவர். மாணவர்கள் படிப்பில் கூடுதல் கவனம் செலுத்த வேண்டும். ஆசிரியர், பேராசிரியர், இசைக் கலைஞர்கள், கண் பரிசோதகர், சித்த மற்றும் இயற்கை மருத்துவர்கள், தனியார் கல்வி நிறுவனங்கள், பத்திரப் பதிவு, பத்திரிகை, மத போதகர்கள் போன்றவை தொடர்புடையவர்கள் மிக்க அனுகூலம் பெறுவர். உத்தியோகப் பிரிவினர் கடுமையான பணிச் சுமைக்கு ஆளாவர். கலைஞர்கள் சக ஊழியர்கள் மூலம் உதவியும் ஒத்தாசையும் பெறுவர். 7.2.2009 இரவு மணி 12.31 முதல் 9.2.2009 இரவு மணி 1.16 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3,6,9. அதிர்ஷ்ட கிழமைகள் வியாழன், செவ்வாய், சனி.

பரிகாரம்: பிரதி வியாழன், தட்சிணாமூர்த்திக்கு நெய் தீபம் ஏற்றவும். தட்சிணாமூர்த்தி அஷ்டகம் பாராயணம் செய்க.

மகரம்

(உத்திராடம் 2,3,4 பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1,2 பாதம்)

மகர ராசி அன்பர்களே! உமது ராசி சனி பகவான் 8ல் அமர்ந்து இருப்பினும் 2ல் உள்ள சுக்ரனின் பார்வை உள்ளது. மகன் (அ) மகள் பற்றிய கவலைகள் விலகும். நல்ல உத்யோகம் அமையும். தெய்விக நாட்டம் அதிகரிக்கும். புனித ஸ்தல யாத்திரை செய்ய இடமுண்டு. தெய்விகப் பிரார்த்தனைகள் நிறைவேற்றுவீர்கள்.

வெளிநாடு செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும். மாமன், மைத்துனர், சகோதரர் போன்றவருடன் ஏற்பட்ட மனஸ்தாபம் தீரும். மகிழ்ச்சி கிட்டும். பிரயாணத்தின் போது உமது உடைமைகளில் கூடுதல் கவனம் செலுத்தவும். பெண்கள் புத்திர பாக்யம் பெறுவர். மாணவர்கள் கல்வியில் முன்னிலை பெறுவர். உணவகங்கள், ஃபேன்ஸி ஸ்டோர், அழகு மையங்கள், ஆயத்த ஆடை, விற்பனை வரி, வருமான வரி, சுற்றுச்சூழல், மகளிர் நலம் போன்றவை தொடர்புடையவர்கள் மிக்க நலம் பெறுவர். 9.2.2009 இரவு மணி 1.16 முதல் 12.2.2009 அதிகாலை மணி 3.38 வரை சந்திராஷ்டமம். அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3,6,9. அதிர்ஷ்ட கிழமை செவ்வாய், வியாழன், வெள்ளி.

பரிகாரம்: தினசரி காலையில் வெங்கடேச சுப்ரபாதம் கேட்கவும். பிரதி சனிக்கிழமை, சனி பகவானுக்கு எள் தீபம் ஏற்றவும். பிரதி புதன், மகாவிஷ்ணுவை துளசி மாலை சாற்றி வழிபடவும்.





கும்பம்

(அவிட்டம் 3,4 பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1,2,3 பாதங்கள்)

கும்ப ராசி அன்பர்களே! உமது ராசி நாதன் சனி பகவான், உமது ராசிக்கு 7ல் சுக்ரனின் பார்வை பெறுகிறார். வீடு, மனை, பூமி, வண்டி வாகனம், ஆடை ஆபரணம் போன்றவை வாங்க இடமுண்டு. அசைக்க முடியாத இறை நம்பிக்கை உங்களை உயர்த்தும். ஞானிகள், மகான்களின் சந்திப்பு கிட்டும். சுபச் செலவுகள் வரும். புனித ஸ்தலங்களுக்குச் சென்று வருவீர்கள். பெண்கள் விரும்பியதை வாங்கி மகிழ்வர். புத்திர பாக்யம் கிடைக்க இடமுண்டு. மாணவர்கள் கணிதம், இலக்கியம், பி.பி.ஏ, மைக்ரோ பயாலஜி போன்ற பிரிவுகளில் முன்னணியில் திகழ்வர். ரியல் எஸ்டேட், மருத்துவம், கால்நடை மருத்துவம், உடற்பயிற்சி, விளையாட்டு, விஞ்ஞானக்கூடம் தொடர்புடையவர்கள் ஏற்றம் பெறுவர். உத்யோகப் பிரிவினர் இரவு, பகல் பாராது பணிபுரிய நேரும். கலைஞர்கள் உயர்வு பெறுவர். 12.2.2009 அதிகாலை மணி 3.38 முதல் 14.2.2009 காலை மணி 6.33 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 5,6,8. அதிர்ஷ்ட கிழமை வெள்ளி, சனி.

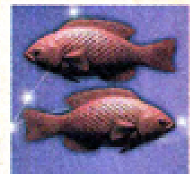
பரிகாரம்: தினசரி காலை எழும் போதும் இரவு படுக்கைக்கு செல்லும் முன்பும் குல தெய்வத்தை மனமுருக வழிபடவும். பிரதி வியாழன், தட்சிணா மூர்த்தியையும் பிரதி வெள்ளி, மகாலட்சுமியையும் வழிபடவும்.

மீனம்

(பூரட்டாசி 4ம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி)

மீன ராசி அன்பர்களே! உமது ராசி நாதன் குரு பகவான், உமது ராசிக்கு 11ல் செவ்வாய், ராகு, சூரியனுடன் இணைவு. பதவி உயர்வு கிட்டும். அரசு வகையிலான மேல் முறையீடுகளில் வெற்றி கிட்டும். குடும்பப் பொருளாதாரம் மேம்படும். சகோதர வழி உறவுகளால் உற்சாகம் ஏற்படும். மாணவர்கள், வணிகவியல், தணிக்கை, பி.பி.ஏ, எம்.பி.ஏ போன்ற பிரிவுகளில் முன்னிலை பெறுவர். பாடநூல், ஸ்டேஷனரி, பிரிண்டிங் பிரஸ், ரியல் எஸ்டேட், பத்திர விற்பனை, நூலகம், பதிப்பகம், இன்ஷ்யூரன்ஸ், டெலிஃபோன் பூத், பிரவுசிங் சென்டர் போன்ற பிரிவினர் ஆக்கமும் ஊக்கமும் பெறுவர். உத்யோகப் பிரிவினர் துறை ரீதியிலான தேர்வில் வெற்றி பெற்று பதவி உயர்வு பெறுவர். கலைஞர்களுக்கு வெளியூர் பிரயாணம் அதிகரிக்கும். வேற்று மொழி பேசுவோரால் உதவியும் ஒத்தாசையும் உண்டு. 14.2.2009 காலை மணி 9.11 முதல் 16.2.2009 மாலை மணி 6.33 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3,9. அதிர்ஷ்ட கிழமை வியாழன், செவ்வாய்.

பரிகாரம்: பிரதி வியாழன், தட்சிணா மூர்த்திக்கு நெய்தீபம் ஏற்றி வழிபடவும். கொண்டைக் கடலையை, தாம்பூல தட்சிணையுடன் சமர்ப்பித்து மஞ்சள் வண்ண மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும். 'ஓம் ஸ்ரீ குருப்யோ நம' என தினசரி காலை மாலை நேரங்களில் 18 முறை ஜபிக்கவும்.



29 ஆண்டு மலர்

9

தொடர் கதை

ஆர்த்தி, ஹாஸ்பிடலுக்கு வெளியில் மரத்தடிக்கு வந்து தன் கல்லூரித் தோழிக்குப் போன் செய்தாள்.

"நித்யா, ஒரு ஹெல்ப் வேணும்."

"என்ன சொல்லு ஆர்த்தி. எங்கேர்ந்து பேசறே?"

"ஹாஸ்பிடல்லேர்ந்துதான். அப்பாவுக்கு நாளைக்கு ஆபரேஷன்."

"பணம் ஏற்பாடு பண்ணிட்டியா?"

"வீட்டு டாக்குமெண்ட்டை ஒரு சேட்டுகிட்ட வெச்சு சாரி அங்கிள், ஏற்பாடு பண்ணிக் குடுத்துட்டார். அதெல்லாம் பிராப்ளம் இல்லை. நாலு யூனிட் ரத்தம் தேவைப்படுது. ஹாஸ்பிடல் பிளட் பேங்லேர்ந்து யூஸ் பண்ணிக்கு வாங்கனாம். பதிலுக்கு நாலு யூனிட் எனி குரூப் பிளட் குடுக்கணுமாம். நான், சாரி அங்கிள் தவிர, எனக்கு ரெண்டு பேர் வேணும். அதான்."

''அவ்வளவுதானே? நானும் ராகினியும் வர்றோம். எப்ப வரணும்னு சொல்லு.''

சொல்லிவிட்டு போனை அணைத்தாள். உடனே அடித்தது பெயர் பார்த்து, திடீர்னு ஏற்பட்ட பிரச்சினையா? மனசைத் தேத்திக்கோக்கா. அப்பா குணமாகி வீட்டுக்கு வந்ததும்

பூ பூக்கும் ஓசை!

''சொல்லுக்கா'' என்றாள்.

''ஆர்த்தி, நான் உன்னை உடனே பாக்கணுமே.''

''ஏன்கா குரல் ஒரு மாதிரியா இருக்கு? மாமா ஹெல்ப் பண்ண மாட்டேன்னு சொல்லிட்டாரா? விடுக்கா. பணத்துக்கு ஏற்பாடு பண்ணியாச்சு. நாளைக்கு ஆபரேசன். நல்லபடியா நடந்து அப்பா நல்லபடியா வீடு திரும்பணும்னு வேண்டிக்கக்கா.''

''சரி, நான் பேச நினைச்சது...''

''என்னக்கா? சொல்லு.''

''அதான், பணம் ஏற்பாடு பண்ண முடியலைன்னு சொல்லத்தான் நான் சாமியை வேண்டிக்கிறேன் ஆர்த்தி. இந்த நேரத்துல அவருக்கு பக்கத்துல இருந்து சேவை பண்ண முடியலைன்னு குத்துது. நிறைய தப்பு பண்ணிட்டேன் ஆர்த்தி.''

''என்னக்கா இது? நானே நொந்து போயிருக்கேன். நீ இப்படி அழுதா... நான் என்ன செய்றது சொல்லு? இது இன்னிக்கு அவர்கிட்ட பக்குவமா எடுத்துச் சொல்லி அவர் கோபத்தை நான் சரி பண்றேன்.''

''சந்தோஷம் ஆர்த்தி. பார்த்துக்கோ. வேற என்ன சொல்றது. வெச்சிடறேன்.''

செல்ஃபோனை அணைத்த அர்ச்சனாவுக்கு அழுகை பொத்திக்கொண்டு வந்தது.

அந்தப் பூங்காவில் அந்த நேரத்தில் கையில் குழந்தையுடன், தோள் பையுடன் சிமெண்ட் பெஞ்சில் அமர்ந்து, அழுது கொண்டிருக்கும் அவளை சற்றுத் தள்ளி புல்வெளியில் அக்கடாவென்று படுத்திருக்கும் ஒரு சோம்பேறியும், ஆடு, புலி ஆட்டம் ஆடிக் கொண்டிருந்த இரண்டு பேரும், செடிகளை

பெரிய கத்தரிக்கோல் கொண்டு கத்தரித்துக் கொண்டிருந்த தோட்டக்காரனும் அவள் விசும்பலால் கவரப்பட்டுத் திரும்பிப் பார்க்கவே, அவள் அவசரமாகத் தன்னைக் கட்டுப்படுத்திக் கொண்டாள். அவர்கள் இரண்டாவது நிமிடம் பார்வையைத் திருப்பிக்கொண்டு தங்கள் வேலைகளைத் தொடர்ந்தார்கள்.

'கடவுளே! இப்படி ஒரு கொடுமையான சூழ்நிலை யாருக்கும் வரக் கூடாது. வீட்டை விட்டு வெளியேறும்போது ஒரு வீம்பு மட்டும்தான் இருந்தது. திட்டம் எதுவும் இல்லை. சென்னையில் எனக்கு யாரையும் நெருக்கமாகத் தெரியாது.

எல்லா நாகரிகத்தையும் தொலைத்து விட்டு, வீம்பு ஒன்றை மட்டும் பிடிவாதமாக வைத்துக்கொண்டு சொந்த மனைவியையே அந்நியமாகப் பார்த்து, எதிரி போல நடத்தும் ஒருவனோடு எவ்வளவுதான் மன்றாடுவது? எத்தனை தூரம்தான் பொறுமையாகப் போவது?

'நான் மனைவியா இல்லை அடிமையா? தோசை சுட்டுக் கொடுக்கவும், பிள்ளைப் பெற்றுக்கொடுக்கவும் மட்டும்தான் நானா? எதுவும் கேட்கக்கூடாதா? சரியாக நடந்துகொண்டால் எதற்காகக் கேட்கப் போகிறேன்? இவனுக்கு என்னை விட்டால் வேறு போக்கிடம் இல்லை என்கிற திமிரில் என்ன வேண்டுமானாலும் பேசுவதா? நான் ஆத்திரமாகப் புறப்பட்ட போதுகூட என்னைப் போக வேண்டாம் என்று சமாதானப் படுத்தும்விதமாக ஆறுதலாக ஒரு வார்த்தை சொன்னாரா? எங்கே போவே என்று அப்போதுகூட எகத்தாளம் தானே தெறித்து வருகிறது? இதற்கு மேலும் அவ ரோடு எப்படி இருக்க முடியும்? எனக்கென்று சுய மரியாதை ஒரு பத்துசத விகிதம்கூட இருக்காதா? இருக்கக் கூடாதா?

'ஆர்த்தியைச் சந்தித்து அவளிடம் மனம் விட்டு எல்லாவற்றையும் கொட்டி அடுத்து என்ன செய்யட்டும் என்று யோசனை கேட்கலாம் என்று அவளுக்கு ஃபோன் செய்தால், அவளோ வேறு சூழ்நிலையில் இருக்கிறாள். ஹாஸ்பிடலில் இருக்கும் அவளிடம் எப்படி என் பிரச்னையைச் சொல்வது?

'இந்தப் பூங்காவில் எவ்வளவு நேரம் இருக்க முடியும்? மாலையில் குறிப்பிட்ட நேரத்துக்குப் பிறகு மூடி விடுவார்கள். அதன் பிறகு எங்கேப் போவது?'

அர்ச்சனாவுக்கு கங்காவின் நினைவு வந்தது. கல்லூரித் தோழி. அப்புறம் ஒரு முறை பார்த்தபோது அடையாறு டெலிஃபோன் எக்ஸ்சேஞ்சில் வேலை பார்ப்பதாகவும், இந்திரா நகரில் மல்லிகை மகளிர் விடுதியில் தங்கியிருப்பதாகவும் சொன்னது நினைவுக்கு வந்தது. மனத்துக்குச் சற்று தெம்பு பிறந்தது.

ப்ரீதியைத் தூக்கிக்கொண்டு எழுந்த அர்ச்சனா பூங்காவுக்கு வெளியே வந்து பஸ் ஸ்டாப்பிற்கு நடந்தாள். விசாரித்துக் கொண்டு அடையாறு செல்லும் பஸ்சிற்காகக் காத்திருந்தாள்.

மூட்டு வலி வராமலிருக்க

உடம்பில் அமிலம் அதிகமாகும் போது மூட்டுக்களில் தேய்மானமும் வலியும் உண்டாகிறது.

புளிப்பு தன்மை உள்ள ஊறுகாய், புளித்த தயிர்மோர், புளித்த மாவில் தயாரித்த இட்லி, தோசை போன்றவற்றைத் தவிர்த்துவிட்டால், மூட்டு வலியிலிருந்து தப்பிக்கலாம்.

– எஸ். ராமச்சந்திரன்,
சென்னை

"எப்ப கரண்ட் போகும், எப்ப வரும்னு சொல்லவே முடிய மாட்டேங் குது'' என்றபடி மெழுகுவர்த்தியைப் பற்ற வைத்த கங்கா அதைக் கவிழ்த்து கொஞ்சம் உருக்கி சொட்ட வைத்து மேஜை மேல் விழுந்த மெழுகுத் துளிகள் மேல் நிற்க வைத்தாள்.

நெளி நெளியாய்க் கூந்தல். முகத்தில் கல்யாண ஆசை வந்து சென்றுவிட்ட தடய மிருந்தது. இடுப்பில் சதை வந்திருந்தது. கறுப்பாக இருந்தாலும் களையாக இருந் தாள் கங்கா. கண்ணாடி அணிந்திருந்தாள்.

அந்த அறையில் இரண்டு நாளாக சரியாகக் காயாத



துணியின் வாசனை, பவுடர் வாசனை, சந்தன வாசனை, கொஞ்சம் ஃபினாயில் வாசனை எல்லாம் கலந் தடித்தன. ஜன்னலைத் தொட்டுக்கொண் டிருந்த வேப்ப மரத்திலிருந்த அணில் ஒன்று, ஜன்னல் கம்பிக்கு வருவதும் மீண் டும் கிளைக்குப் போவதுமாக விளையாடிக் கொண்டிருந்தது.

படுக்கை மேல் ரப்பர் ஷீட் விரித்து அதன்மேல் படுக்க வைக்கப்பட்டிருந்த ப்ரீதியை கன்னம் தொட்டுக் கிள்ளி உதட்டில் வைத்துக்கொண்ட கங்கா, "பாப்பா அழகா இருக்குது. என்ன பேர் சொன்னே?'' என்றாள்.

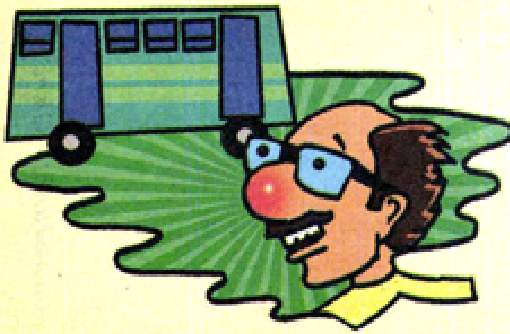
"ப்ரீதி'' என்றாள் அர்ச்சனா கழுவிய முகத்தைத் துடைத்துக்கொண்டு சுவரில் மாட்டிய கண்ணாடி பார்த்து தலை சீவியபடி.

"அர்ச்சனா, நீ இங்கயே என்னோட தங் கறதில எனக்கு ஒரு பிரச்சினையும் இல்லை. ஆனா, இது வொர்க்கிங் வுமன்ஸ் ஹாஸ்டல், நீ எங்கயாவது வேலை பாக் கறதா அவங்களை நம்ப வைக்கணும். அது... பிரச்னையில்லை, மாசம் வாடகை இரண்டாயிரம் ஆகுது. நாம ரெண்டு பேரும் ஷேர் பண்ணிக்கிறோம்னு சொல்லிட்டா ஆளுக்கு ஆயிரத்தைநூறு குடுத்தாப் போதும். அதுக்கு என்ன பிளான் வெச்சிருக்கே?''

முகம் கழுவச் சென்றபோது சுவரில் ஒட்டி வைத்துச் சென்ற பொட்டை எடுத்து மீண்டும் ஒட் டிக்கொண்டு குழந்தை அருகில் அமர்ந்த அர்ச்சனா, "நான்தான் எல்லாத்தையும் விவரமா சொன் னனே கங்கா. வீட்டைப் விட்டுப் புறப்படணும்னு அதுக்கு அஞ்சு நிமிடம் முன்னாடி நான் நினைச்சிப் பார்த்ததில்லை. சட்டுன்னு தோணிடுச்சு. திடீர்னு அவர் எனக்கு மூணாவது மனு ஷனா தெரிஞ்சாரு. நான் அவரை என் உரி மையுள்ள புருஷனா நினைச்சுதான் அக் கறையோட, கவலையோட கேட்டேன். அவர் என்னை எவளோ ரோட்ல போறவ மாதிரி ட்ரீட் பண்ணது தாங்க முடியலை. சுத்தமா பிடிக்கலை. எதைப் பத்தியும் யோசிக்கலை. புறப்ட்டுட்டேன்'' என்ற வளுக்கு தொண்டை அடைத்தது.

"சரி, விடு. நிறைய அழுதுட்டே போதும்; வேற எதாச்சும் பேசலாம்.''

"ஒரு மூவாயிரம் சம்பளத்துல ஒரு வேலை தேடிக்க முடியாதா என்ன?



மாநகரப் பேருந்துகள் சில சமயம் ஒன்றன்பின் ஒன்றாக நிற்பதால், தடம் எண், போகும் இடம் ஆகியவற்றைப் பார்க்க முடிவதில்லை. முதியோர்களும், கண் பார்வை சரியாக இல்லாதவர்களும் படும் தொல்லை சொல்லி முடியாது. ஏறும் அல்லது இறங்கும் இடத்தில் அந்த விவரங்களை எழுதி ஒட்டினால் படிக்க வசதியாக இருக்கும். உரியவர்கள் கவனிப்பார்களா?

— சுமித்ரா ராஜு, கொளத்தூர்

ஹாஸ்பிடல் ரிசப்ஷன், ஷாப்பிங் சென்டர் சேல்ஸ் கவுண்டர்லன்னு எதாச்சும் ஒரு வேலை கிடைச்சிடாதா?''

''விசாரிப்போம். பக்கத்துல நல்ல க்ரீச் இருக்குதான்னு நெட்டுலகூட தேடலாம்.''

''முடிவு செஞ்சிட்டேன் கங்கா, போதும். என் வாழ்க்கையை நானே பாத்துக்கறேன். தன்மானத்தைத் துடைச்சுப் போட்டுட்டு, ஒரு அர்த்தமில்லாத வாழ்க்கை வாழ முடியாது.''

''உனக்கு சமாதானமா போகலாமேன்னு ஒரே வரில என்னால அட்வைஸ் சொல்ல முடியும். உன் வலியும் வேதனையும் உனக்குத்தான் தெரியும். தற்காலிகமான இந்தப் பிரிவு அவர் மனசை மாத்துதான்னு பார்க்கலாமே? லவ் மேரேஜ்! இல்ல?''

விரக்தியாகச் சிரித்தாள் அர்ச்சனா.

''காதலிக்கிறப்ப இருக்கற மனநிலையே வேற கங்கா. ரெண்டு சைடுலயும் எந்தக் குறையும் தெரியாது. தெரிஞ்சாலும் அதை அலட்சியப் படுத்திடும் அந்தக் காதல், நிஜ வாழ்க்கை அப்புறம்தான் இருக்கு. அப்பதான் ஒவ்வொரு விஷயமா புரிய வரும். முகச்சுளிப்புல ஆரம்பிச்சி மனசுல முடிச்சுகள் விழும்.''

''நல்லவேளை, இந்த விஷயத்துல நான் கொஞ்சம் லக்கி. அவனைப் பத்தி எனக்கு முன்னாடியே தெரிஞ்சி போச்சி. யெஸ் அர்ச்சனா, எனக்கும் ஒரு லவ் இருந்துச்சு. சரியான பொய்யன். தப்பிச்சிட்டேன்'' என்று சிரித்தாள்.

மனோகர் பைக்கை நிறுத்தி அந்த டாஸ்மாக் கடைக்குப் போய் பிராந்தியும் பிளாஸ்டிக் டம்ளரும் வாங்கிக் கொண்டு கடைக்குப் பின்னால் இருந்த ஒப்பன் பாருக்குச் சென்று தண்ணீர் கலக்காமல் குடிக்க ஆரம்பித்தான்.

'குணா! எல்லாம் உன்னால்தான். நன்றி இல்லாத பொறுக்கி! அக்ரிமெண்ட் மேட்டர் என் மனைவிக்குக் கூடத் தெரியாது என்று உன்னிடம் சொல்லியிருந்தும், எல்லாவற்றையும் போட்டுக் கொடுத்து... இதோ அவள் என்னை ஈட்டி மாதிரி கேள்விகளால் குத்திவிட்டு வீட்டை விட்டுப் போய் விட்டாள். குணா, வருகிறேன். இந்தப் பிரச்னைக்கு முடிவு கட்ட வருகிறேன்.

முழு போதையுடன் வெளியே வந்த மனோகர் தன் பாக்கெட்டில் எடுத்து வைத்த பேனாக் கத்தி இருக்கிறதா என்று தொட்டுப் பார்த்துக்கொண்டு பைக்கில் அமர்ந்து வேகமாகப் புறப்பட்டான்.

(தொடரும்)







தீப பந்தம்!

அழகான ஒரு விளக்கு
அரும்பென முத்தொளி வீசுகிறது.
மண் விளக்காயினும்
பொன் விளக்காயினும்
ஒளி தருவதென்னவோ
எண்ணெயும் திரியும்தான்!

எரியச் செய்வதுதான் எண்ணெயின் வேலை
எரிவதுதான் திரியின் வேலை
எண்ணெயில்லாத திரி, பொசுங்கிவிடும்
திரியில்லா எண்ணெய், சும்மா இருந்துவிடும்
எண்ணெயில் நனைந்த திரிதான் எரிகிறது
எண்ணெயில் மூழ்கிய திரியோ அணைகிறது

எண்ணெயும் திரியும் இணைந்து செயல்பட
இல்லறம் நல்லறமாய் அமைந்துவிடும்
இதில் முதலில் தீருவது திரியோ எண்ணெயோ
அது இறைவன் செய்திடும் முடிவு
எது தீர்ந்தாலும் அங்கே தீபம்
அணைந்து போவதே நிஜம்!

- இராஜலக்ஷ்மி பாலசுப்ரமணியன், கொல்கத்தா

நானும் என் மகன் கௌதமும் ரொம்ப பிரிந்து இருந்தது கிடையாது. நாங்கள் இருவரும் நல்ல நண்பர்கள். அதேசமயம் சண்டையும் போட்டுக் கொள்வோம். அவன் +2 முடித்து விட்டு மேற்கொண்டு இன்ஜினியரிங் படிப்பதற்காக திருச்சி நேஷனல் இன்ஸ்டிடியூட் ஆஃப் டெக்னாலஜியில் சேர்ந்தான். விடுதியில் தங்கிப் படிக்க வேண்டிய சூழ்நிலை. கல்லூரியில் படிக்கச் செல்லும் முன் அவனுக்கு முதலில் நாங்கள் வாங்கிக் கொடுத்த பொருள் செல்ஃபோன். நானும் அவனும் செல்ஃபோனில் அந்தந்த நிமிடங்கள் வரையிலான நிகழ்வுகளைப் பகிர்ந்து கொள்வோம். அநேகமாக வார விடுமுறை நாட்களில் தவறாமல் சென்னைக்கு வந்து விடுவான். ஒருசமயம் அவனுக்குப் பரீட்சை என்பதால் அவன் வரவில்லை.

அவனுடன் கூடப் படிக்கும் நண்பன் சென்னைக்கு வந்திருந்தான். என் மகனுக்காக அந்த பையன் மூலம் தின்பண்டங்கள் சிலவற்றை அனுப்பி வைக்க விரும்பினேன். அவற்றுடன்கூட ஒரு கடிதமும் எழுதி வைக்க வேண்டும் என்ற எண்ணம் தோன்றியது.

வாழ்க்கையில் இதுவரை என் மகனுக்கு கடிதமே எழுதாத நான், முதன்முறையாக அரை பக்கத்துக்கு அவனுக்கு ஒரு கடிதம் எழுதினேன். எவ்வளவு தான் செல்ஃபோனில் பேசினாலும் நேரில் பார்ப்பது போல வராது என்றும், அவனை அந்த வாரம் மிகவும் மிஸ் பண்ணுவதாகவும் எழுதினேன். சண்டை போடாத அந்த வாரம் நன்றாக இல்லை என்றும் எழுதினேன். நவீன யுகத்தில் கம்ப்யூட்டர், எஸ்.எம்.எஸ். போன்றவைகளுடன் வாழும் அவனுக்கு இந்தக் கடிதத்தைப் பார்த்தால் என்ன தோன்றும் என்று என்னால் யூகிக்க முடியவில்லை!

அப்போதுதான் நான் கடிதங்கள் எழுதியே பல



எனக்கும் என் மகனுக்கும் இடையே நடந்த ஒரு நெகிழ்ச்சியான சம்பவத்தை நான் உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள ஆசைப்படுகிறேன்.

உள்ளம் தொட்ட கிறுக்கல்!

வருடங்கள் ஆகின்றன என்று உணர்ந்தேன். அதேசமயம் எனக்கும் கடிதங்கள் வருவதும் இல்லை எனத் தோன்றியது. யாராவது விருந்தாளிகள் வெளியூரிலிருந்து நம் வீட்டுக்கு வந்து விட்டுப் போனால் அவர்கள் ஊரை அடைந்தவுடன் ஊர் வந்து சேர்ந்த சேதியையும், நம்முடன் செலவழித்த இனிமையான நேரங்கள் பற்றிய பகிர்தலும் சுமந்த கடிதம் வந்து சேரும். எத்தனை வருடங்கள் கழித்து மீண்டும் படித்தாலும் அதே நினைவுகள் பச்சைப் பசேலென்று மனத்தில் நிழலாடும். என் நாத்தனார்கள் கல்யாணம், டெலிவரி போன்ற விசேஷங்களுக்கு என் உதவியை, பங்களிப்பைப் பாராட்டி என் மாமனார் எழுதிய கடிதங்கள் அவர் எனக்குத் தந்த சீதனமாக, பொக்கிஷமாக வைத்துள்ளேன்.

இ-மெயில், எஸ்.எம்.எஸ் இடையே வாழும் என் மகன் நான் அனுப்பிய பொருட்கள் கையில் கிடைத்தவுடன் எனக்கு ஃபோன் செய்தான். ''அம்மா! உன் லெட்டர் படிச்சேன்மா! எனக்கு அப்படியே உன்னைப் பார்த்த மாதிரி இருக்கும்மா. எனக்கு உன் எழுத்தைப் பார்க்க அவ்வளவு சந்தோஷமாக இருக்கு. நீ கொடுத்தனுப்பிய மத்த பொருட்கள் எல்லாம் என் வயிற்றுக்கு, இந்த லெட்டர் என் மனசுக்கும்மா! இந்த லெட்டரைத் தினமும் ஒரு தடவை படிச்சுட்டு பரீட்சை எழுதப் போனால், நீ கூட இருந்து ஆசிர்வதிக்கிறாற் போல இருக்கும்மா! இந்த லெட்டரை நான் பத்திரமா வெச்சுப்பேன்'' என்றான். அவனது இந்த ரியாக்ஷன் நான் சற்றும் எதிர்பார்க்காத ஒன்று. என் கிறுக்கலான கையெழுத்து அவன் உள்ளத்தைத் தொட்டுவிட்ட அற்புதம் எனக்கு மிகுந்த ஆச்சரியத்தை அளித்தது.

இது போன்ற அற்புதங்களை நாம் இழந்துகொண்டு இருக்கிறோம். மாதம் ஒரு தடவையாவது தூரத்தில் இருக்கும் உறவினர்களுக்கும், நண்பர்களுக்கும் ஒரு கடிதம் எழுதுங்கள். அப்புறம் பாருங்கள் அவர்களது ரியாக்ஷனை!

– எம். பாரதி,
சென்னை

மல்லிகைப்பூ பூக்கலே!



29 ஆண்டு மலர்

குழந்தைப்பாட்டு

கொழுக்கட்டை, கொழுக்கட்டை, ஏன் வேகலே?
அடுப்பு எரியலே நான் வேகலே
அடுப்பே அடுப்பே! ஏன் எரியலே?
மழையா பெஞ்சுது நான் எரியலே!
மழையே மழையே ஏன் பெய்தாய்?
புல்லு வளர நான் பெய்தேன் !
புல்லே புல்லே, ஏன் வளர்ந்தே?
மாடு திங்க நான் வளர்ந்தேன்.
மாடே மாடே, ஏன் புல்ல தின்னே?
கன்னுக்குட்டி பிறக்க நான் தின்னேன்!
கன்னுக்குட்டி கன்னுக்குட்டி, ஏன் பொறந்தே?
பால்குடிக்க நான் பொறந்தேன்!
கன்னுகுட்டி கன்னுகுட்டி, ஏன் அழறே?
எறும்பு கடிச்சுது நான் அழுதேன்.

• • •

பூப்பூ புளியாம்பூ பெட்டியிலே வச்சா
தாழம்பூ தாழம்பூவை ரெண்டாக்கி
தங்கச்சி கையிலே மூணாக்கி
சித்தாத்தா அடுப்பிலே கத்திரிக்காய் வேகலே
மாமா வர ஷோக்கிலே மல்லிகைப்பூ பூக்கலே!

– வி. கீதா, செங்கல்பட்டு


M·A·C
THE ULTIMATE IN THE ART OF MAKEUP
For the occasion of a lifetime, glow the Naturals way!
Looking forward to look your best at your wedding? Walk into Naturals Bridal Studio.
We offer a special package with products from M.A.C. - the world leader in makeup. So you can glow with an international radiance at your once-in-a-lifetime occasion - your wedding!
AVAIL ATTRACTIVE BRIDAL PACKAGES FOR BOTH BRIDES & GROOMS
naturals
SPA & SALON
FOR APPOINTMENTS CALL: 24455142 / 42171709
● BRIDAL MAKE-UP ● HAIR STRAIGHTENING ● REBONDING ● PERMING ● COLORING ● FACIALS
● PEDICURE & MANICURE ● BODY MASSAGE & MORE...
• Airport: 22561134 • Alwarpet: 65196851 • Anna Nagar (W): 32429169 • Ashok Nagar: 24719658 • Coimbatore: 4393917 • Coimbatore (II) 4367785 • Karur: 240997 • Kilpauk: 42858382 • Kochi: 4000641 • Kodambakka
24730089 • Kottivakkam: 24513010 • Mogappair: 26566605 • Nungambakkam: 28331415 • OMR: 43593670 • Pudhucherry: 4500330 • Spencer's: 45514050 • Tirupur: 4331498 • T.Nagar: 28152700 • Velachery: 22593

post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/09-11-Registered as a Newspaper in Srilanka

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

பிப்ரவரி 2009 இதழுடன் இணைப்பு



உற்சவர் அல்லாமல் மூலவரே வீதியில் வலம் வருவது சிதம்பரம் நடராஜர் கோயிலில்தான்.

- பி.ஜி. குருசாமிப் பாண்டியன்,
கிருஷ்ணன்கோவில்.

ஆலய அதிசயம் 64!

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

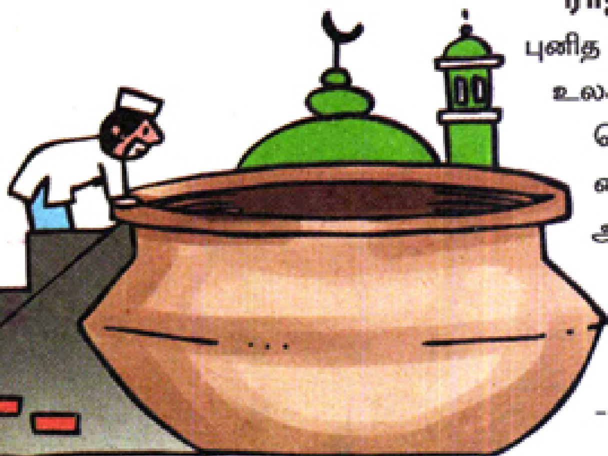
பிப்ரவரி 2009 இதழுடன் இணைப்பு



உற்சவர் அல்லாமல் மூலவரே வீதியில் வலம் வருவது சிதம்பரம் நடராஜர் கோயிலில்தான்.

- பி.ஜி. குருசாமிப் பாண்டியன்,
கிருஷ்ணன்கோவில்.

ஆலய அதிசயம் 64!



ராஜஸ்தான் மாநிலத்தில் உள்ள புனித ஸ்தலமான அஜ்மீர் தர்ஹாவில் உலக அதிசயமான உலகின் மிகப் பெரிய சட்டி உள்ளது. செம்பினால் செய்யப்பட்டு, இரண்டு ஆள் உயரத்தில் உள்ள இந்தச் சட்டியை படிக்கட்டுகளில் ஏறித்தான் உள்ளே பார்க்க முடியும்.

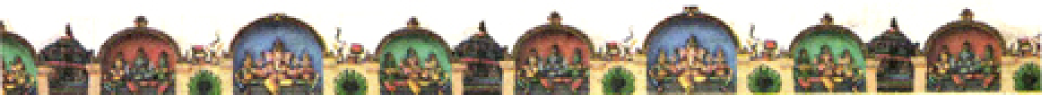
- தஸ்மிலா அஸ்கர், கீழக்கரை.

2 Supplement to Mangayar Malar February 2009

ராஜஸ்தான் மாநிலத்தில் உள்ள புனித ஸ்தலமான அஜ்மீர் தர்ஹாவில் உலக அதிசயமான உலகின் மிகப் பெரிய சட்டி உள்ளது. செம்பினால் செய்யப்பட்டு, இரண்டு ஆள் உயரத்தில் உள்ள இந்தச் சட்டியை படிக்கட்டுகளில் ஏறித்தான் உள்ளே பார்க்க முடியும்.

- தஸ்மிலா அஸ்கர், கீழக்கரை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!





கும்பகோணம் அருகே 'தாராசுரம்' என்ற ஊரிலுள்ளது 'ஐராவதீஸ்வரர்' கோயில். இங்கே செதுக்கப்பட்டிருக்கும் சிற்பங்களில் வாலியும் சுக்ரீவனும் சண்டையிடும் காட்சி வடிக்கப்பட்டிருக்கும் சிற்பத் தூணிலிருந்து பார்த்தால், ராமனின் சிற்பம் இருக்கும் தூண் தெரியாது. ஆனால், ராமன் மறைந்து நின்று அம்பு தொடுக்கும் சிற்பம் இருக்கும் தூணிலிருந்து பார்த்தால் வாலி சுக்ரீவன் சண்டயிடும் தூண் தெரியும்.

- விஜயசேகர், தஞ்சாவூர்

ஆலய அதிசயம் 64!



Supplement to Mangayar Malar February 2009 3



கும்பகோணம் அருகே 'தாராசுரம்' என்ற ஊரிலுள்ளது 'ஐராவதீஸ்வரர்' கோயில். இங்கே செதுக்கப்பட்டிருக்கும் சிற்பங்களில் வாலியும் சுக்ரீவனும் சண்டையிடும் காட்சி வடிக்கப்பட்டிருக்கும் சிற்பத் தூணிலிருந்து பார்த்தால், ராமனின் சிற்பம் இருக்கும் தூண் தெரியாது. ஆனால், ராமன் மறைந்து நின்று அம்பு தொடுக்கும் சிற்பம் இருக்கும் தூணிலிருந்து பார்த்தால் வாலி சுக்ரீவன் சண்டயிடும் தூண் தெரியும்.

- விஜயசேகர், தஞ்சாவூர்

ஆலய அதிசயம் 64!

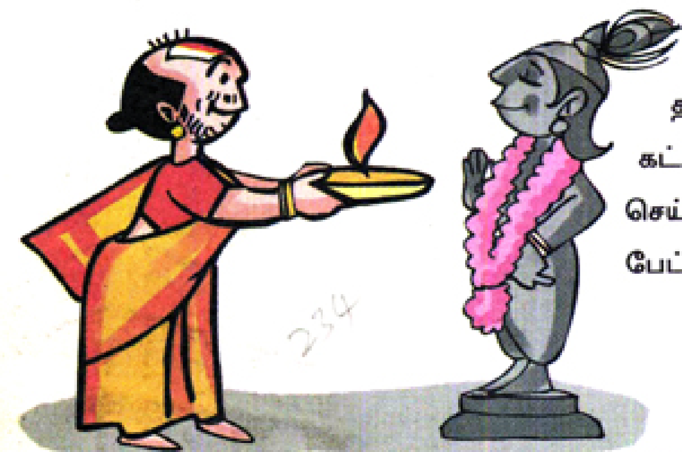


குருக்கள் காலில் தண்டை அணிந்து, சேலை கட்டி கண்ணனுக்குப் பூஜை செய்யும் திருத்தலம் குஜராத் பேட் துவாரகை கோயில்.

- கே.எல்.சுபாக்கனி,

மேலகிருஷ்ணன்புதூர்.

4 Supplement to Mangayar Malar February 2009



குருக்கள் காலில் தண்டை அணிந்து, சேலை கட்டி கண்ணனுக்குப் பூஜை செய்யும் திருத்தலம் குஜராத் பேட் துவாரகை கோயில்.

- கே.எல்.சுபாக்கனி,

மேலகிருஷ்ணன்புதூர்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



தர்மபுரியிலுள்ள 'மல்லிகார்ஜுனர்' கோயிலில் உள்ள 'நவரங்க' மண்டபத்தில் நூறு தூண்கள் உள்ளன. அதில், இரு தூண்களின் அடி, பூமியைத் தொடுவதில்லை. ஒரு குச்சியை நுழைத்து தூணின் மறுபக்கத்திலிருந்து எடுத்து இதைப் பரிசீலிக்க முடியும். ஒவ்வொரு தூணும் 2 டன் முதல் 3 டன் வரை எடை கொண்டது.

- ர. கிருஷ்ணவேணி, சென்னை.

ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 5



தர்மபுரியிலுள்ள 'மல்லிகார்ஜுனர்' கோயிலில் உள்ள 'நவரங்க' மண்டபத்தில் நூறு தூண்கள் உள்ளன. அதில், இரு தூண்களின் அடி, பூமியைத் தொடுவதில்லை. ஒரு குச்சியை நுழைத்து தூணின் மறுபக்கத்திலிருந்து எடுத்து இதைப் பரிசீலிக்க முடியும். ஒவ்வொரு தூணும் 2 டன் முதல் 3 டன் வரை எடை கொண்டது.

- ர. கிருஷ்ணவேணி, சென்னை.

ஆலய அதிசயம் 64!

இரட்டை நடராஜர்களைத் தரிசிக்கலாம்



கரூர் மாவட்டம், குளித்தலை கடம்பவன நாதர் கோயிலில் இரட்டை நடராஜர்களைத் தரிசனம் செய்யலாம். இங்கு ஒரே சன்னிதியில் இருவரும் அருகருகே காட்சி தருகின்றனர். ஒருவருக்கு தை முதல் ஆனி வரையிலும், இன்னொருவருக்கு ஆடி மாதம் முதல் மார்கழி வரையிலும் (உத்ராயண, தட்சிணாயன காலம்) பூஜைகள் நடக்கின்றன.

- எஸ்.ரமாமணி,
சின்ன காஞ்சிபுரம்.

6 Supplement to Mangayar Malar February 2009

இரட்டை நடராஜர்களைத் தரிசிக்கலாம்



கரூர் மாவட்டம், குளித்தலை கடம்பவன நாதர் கோயிலில் இரட்டை நடராஜர்களைத் தரிசனம் செய்யலாம். இங்கு ஒரே சன்னிதியில் இருவரும் அருகருகே காட்சி தருகின்றனர். ஒருவருக்கு தை முதல் ஆனி வரையிலும், இன்னொருவருக்கு ஆடி மாதம் முதல் மார்கழி வரையிலும் (உத்ராயண, தட்சிணாயன காலம்) பூஜைகள் நடக்கின்றன.

- எஸ்.ரமாமணி,
சின்ன காஞ்சிபுரம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கருடாழ்வார், தமது நான்கு கரங்களுள் இரு கரங்களில் சங்கு சக்கரங்களை ஏந்தியபடி காட்சி கொடுக்கும் தலம், கும்பகோணம் அருகே உள்ள வெள்ளியங்குடியாகும். திருமாலின் 108 திவ்ய தேசத்தில் இங்கு மட்டுமே கருடாழ்வார் இக் கோலத்தில் அருள்பாலிக்கிறார்.

- வளர்மதி,
திருப்பத்தூர்.



ஆலய அதிசயம் 64!

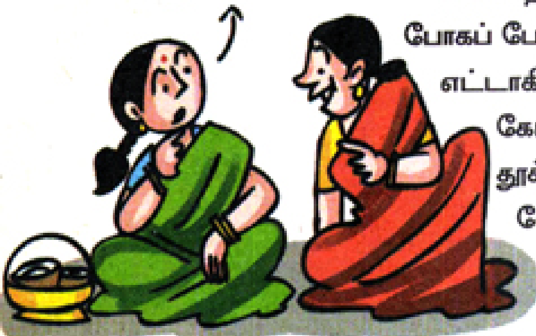
Supplement to Mangayar Malar February 2009 7

கருடாழ்வார், தமது நான்கு கரங்களுள் இரு கரங்களில் சங்கு சக்கரங்களை ஏந்தியபடி காட்சி கொடுக்கும் தலம், கும்பகோணம் அருகே உள்ள வெள்ளியங்குடியாகும். திருமாலின் 108 திவ்ய தேசத்தில் இங்கு மட்டுமே கருடாழ்வார் இக் கோலத்தில் அருள்பாலிக்கிறார்.

- வளர்மதி,
திருப்பத்தூர்.



ஆலய அதிசயம் 64!



நாச்சியார் கோயிலில் உள்ள கல்லாலான கருட வாகனத்தை, முதலில் சன்னிதியில் நான்கு பேர் தூக்குவார்கள். போகப் போக கருடன் கனத்துவிடுவதால் நான்கு எட்டாகி, எட்டிலிருந்து பதினாறாகி முடிவில் கோயில் வாசலில் அறுபத்து நான்கு பேர் தூக்கி வருவார்கள். கருடனுக்கு முகத்தில் வேர்வை துளிர்க்குமாம்.

– கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி,
கும்பகோணம்.

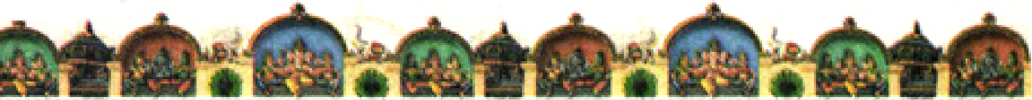
8 Supplement to Mangayar Malar February 2009



நாச்சியார் கோயிலில் உள்ள கல்லாலான கருட வாகனத்தை, முதலில் சன்னிதியில் நான்கு பேர் தூக்குவார்கள். போகப் போக கருடன் கனத்துவிடுவதால் நான்கு எட்டாகி, எட்டிலிருந்து பதினாறாகி முடிவில் கோயில் வாசலில் அறுபத்து நான்கு பேர் தூக்கி வருவார்கள். கருடனுக்கு முகத்தில் வேர்வை துளிர்க்குமாம்.

– கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி,
கும்பகோணம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!





ஸ்ரீ பெரும்புதூரில் உள்ள ஸ்ரீ ராமானுஜர் உருவம் – விக்ரஹமோ அல்லது வேறு உலோகப் பொருளால் ஆன வடிவமைப்போ இல்லை. இது ஸ்ரீ ராமானுஜரின் திருமேனியே. இதை 'தான் உகந்த திருமேனி' என்பார்கள். சுமார் ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன் சமாதியான ஸ்ரீராமானுஜர், பத்மாசன திருக்கோலத்தில் மேலெழுந்து வந்ததாகும். குங்குமப்பூ, பச்சை கற்பூரம் கொண்ட மூலிகைகளால் திருமேனியைப் பாதுகாத்து வருகிறார்கள்.

– கே. அம்புஜவல்லி, நவி மும்பை.

ஆலய அதிசயம் 64!



Supplement to Mangayar Malar February 2009 9



ஸ்ரீ பெரும்புதூரில் உள்ள ஸ்ரீ ராமானுஜர் உருவம் – விக்ரஹமோ அல்லது வேறு உலோகப் பொருளால் ஆன வடிவமைப்போ இல்லை. இது ஸ்ரீ ராமானுஜரின் திருமேனியே. இதை 'தான் உகந்த திருமேனி' என்பார்கள். சுமார் ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன் சமாதியான ஸ்ரீராமானுஜர், பத்மாசன திருக்கோலத்தில் மேலெழுந்து வந்ததாகும். குங்குமப்பூ, பச்சை கற்பூரம் கொண்ட மூலிகைகளால் திருமேனியைப் பாதுகாத்து வருகிறார்கள்.

– கே. அம்புஜவல்லி, நவி மும்பை.

ஆலய அதிசயம் 64!



திருநெல்வேலி மாவட்டம் கடையத்தின் அருகே அருள்மிகு நித்ய கல்யாணி உடனுறை வில்வநாதர் கோயில் உள்ளது. இந்தச் சிவன் கோயில் பிராகாரத்தில் உள்ள பழைமையான வில்வ மரத்தில், வில்வக் காய்கள் லிங்க வடிவத்தில் காய்க்கின்றன. இது மிகவும் வியப்பையே தருகின்றது!

- ஆர்.ஜெயசிந்தா, காயக்காடு, புதுக்கோட்டை.

10 Supplement to Mangayar Malar February 2009



திருநெல்வேலி மாவட்டம் கடையத்தின் அருகே அருள்மிகு நித்ய கல்யாணி உடனுறை வில்வநாதர் கோயில் உள்ளது. இந்தச் சிவன் கோயில் பிராகாரத்தில் உள்ள பழைமையான வில்வ மரத்தில், வில்வக் காய்கள் லிங்க வடிவத்தில் காய்க்கின்றன. இது மிகவும் வியப்பையே தருகின்றது!

- ஆர்.ஜெயசிந்தா, காயக்காடு, புதுக்கோட்டை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!





கும்பகோணத்தை அடுத்துள்ள சுந்தரப் பெருமாள் கோயிலிலிருந்து மூன்று கிலோமீட்டர் தொலைவில் அமைந்துள்ளது திருநல்லூர் திருத் தலம். ஒரு நாளைக்கு ஐந்துமுறை வெவ்வேறு வண்ணங்களில் சிவலிங்கத் திருமேனி நிறம் மாறுவதால் 'பஞ்ச வர்ணேஸ்வரர்' என்று பெயர் பெற்றது.

- ஆர்.கே.சுந்தரம்,
சென்னை.

ஆலய அதிசயம் 64!



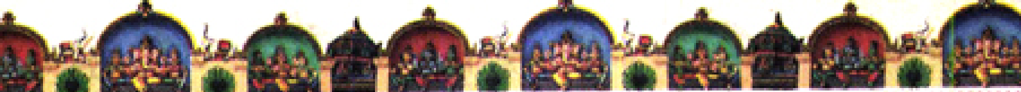
Supplement to Mangayar Malar February 2009 11



கும்பகோணத்தை அடுத்துள்ள சுந்தரப் பெருமாள் கோயிலிலிருந்து மூன்று கிலோமீட்டர் தொலைவில் அமைந்துள்ளது திருநல்லூர் திருத் தலம். ஒரு நாளைக்கு ஐந்துமுறை வெவ்வேறு வண்ணங்களில் சிவலிங்கத் திருமேனி நிறம் மாறுவதால் 'பஞ்ச வர்ணேஸ்வரர்' என்று பெயர் பெற்றது.

- ஆர்.கே.சுந்தரம்,
சென்னை.

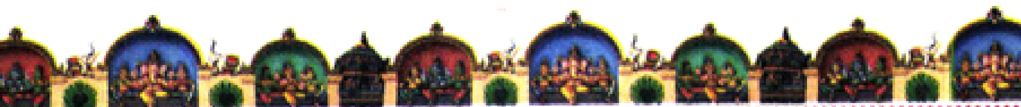
ஆலய அதிசயம் 64!





மௌண்ட் அபுவில், (குஜராத்) 'அச்சல் கட்' என்ற இடத்தில் அஞ்சலேஷ்வர் என்ற கோயிலில் லிங்கத்துக்குப் பதில் ஈஸ்வரனின் வலதுகாலின் கட்டை விரல்தான் இருக்கிறது. இந்தக் கோயிலில் உள்ள நந்தி 4320 கிலோ எடையுள்ள பஞ்சலோகத்தினால் ஆனது.

- பிரபா டாக்கர், ஹைதராபாத்.



12 Supplement to Mangayar Malar February 2009



மௌண்ட் அபுவில், (குஜராத்) 'அச்சல் கட்' என்ற இடத்தில் அஞ்சலேஷ்வர் என்ற கோயிலில் லிங்கத்துக்குப் பதில் ஈஸ்வரனின் வலதுகாலின் கட்டை விரல்தான் இருக்கிறது. இந்தக் கோயிலில் உள்ள நந்தி 4320 கிலோ எடையுள்ள பஞ்சலோகத்தினால் ஆனது.

- பிரபா டாக்கர், ஹைதராபாத்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கர்நாடக மாநிலத்தில் பிஜாப்பூர் மாவட்டம் ஆதோனியில் சிவ-பார்வதி கோயில் அமைந்துள்ளது. இங்கு ஆண்டு தோறும் தை, அமாவாசை தினத்தன்று 15 அடி உயரக் கோயில் கோபுரத்திலிருந்து குழந்தைகளைத் தள்ளிவிட்டு வழிபாடு நடத்தும் அதிசய வழக்கம் உள்ளது. கீழே இருப்பவர்கள் போர்வையில் பிடித்துக் கொள்வார்கள்.

- சுதா நாராயணன், புதுக்கோட்டை.

ஆலய அதிசயம் 64!

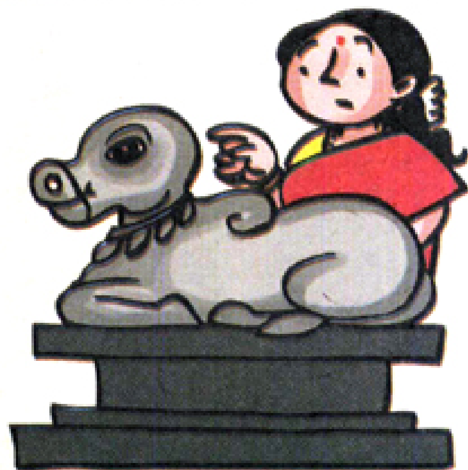
Supplement to Mangayar Malar February 2009 13

கர்நாடக மாநிலத்தில் பிஜாப்பூர் மாவட்டம் ஆதோனியில் சிவ-பார்வதி கோயில் அமைந்துள்ளது. இங்கு ஆண்டு தோறும் தை, அமாவாசை தினத்தன்று 15 அடி உயரக் கோயில் கோபுரத்திலிருந்து குழந்தைகளைத் தள்ளிவிட்டு வழிபாடு நடத்தும் அதிசய வழக்கம் உள்ளது. கீழே இருப்பவர்கள் போர்வையில் பிடித்துக் கொள்வார்கள்.

- சுதா நாராயணன், புதுக்கோட்டை.

ஆலய அதிசயம் 64!





விருதுநகர் மாவட்டம், சொக்க நாதன்புத்தூரில், தவநந்திகேஸ்வரர் ஆலயத்தில், சிவனுக்கு முன்புற மாக உள்ள நந்திக்குக் கொம்புகள், காதுகள் கிடையாது.

– என். கோமதி,
நெல்லை.



14 Supplement to Mangayar Malar February 2009

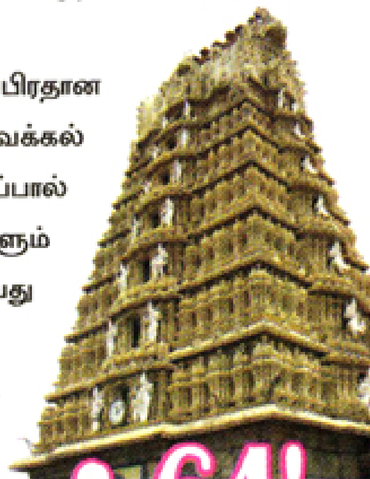


விருதுநகர் மாவட்டம், சொக்க நாதன்புத்தூரில், தவநந்திகேஸ்வரர் ஆலயத்தில், சிவனுக்கு முன்புற மாக உள்ள நந்திக்குக் கொம்புகள், காதுகள் கிடையாது.

– என். கோமதி,
நெல்லை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

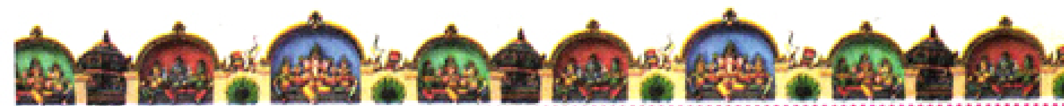




ஆந்திராவில் சாமல்கோட்டை அருகில் மூன்று பிரதான சாலைகளின் சந்திப்பில் 72 அடி உயர சலவைக்கல் ஆஞ்சநேயரின் கண்களும், சில நூறு மைல்களுக்கப்பால் உள்ள பத்ராசல ஆலயத்தில் ஸ்ரீராமன் திருவடிகளும் ஒரே மட்டத்தில் இருக்குமாறு அமைத்திருப்பது சிறப்பான அம்சமாகும்.

– எஸ். சரோஜினி, பெங்களூரு.

ஆலய அதிசயம் 64!



Supplement to Mangayar Malar February 2009 15



ஆந்திராவில் சாமல்கோட்டை அருகில் மூன்று பிரதான சாலைகளின் சந்திப்பில் 72 அடி உயர சலவைக்கல் ஆஞ்சநேயரின் கண்களும், சில நூறு மைல்களுக்கப்பால் உள்ள பத்ராசல ஆலயத்தில் ஸ்ரீராமன் திருவடிகளும் ஒரே மட்டத்தில் இருக்குமாறு அமைத்திருப்பது சிறப்பான அம்சமாகும்.

– எஸ். சரோஜினி, பெங்களூரு.

ஆலய அதிசயம் 64!



ஆந்திர மாநிலம், ஸ்ரீசைலத்தில் விநாயகரின் அழகிய திருவுருவம் கண்ணபிரானைப் போல வேய்ங் குழல் ஊதும் நிலையில் அமைந் துள்ளது.

- கே. பிரபாவதி,
நாகர்கோவில்.

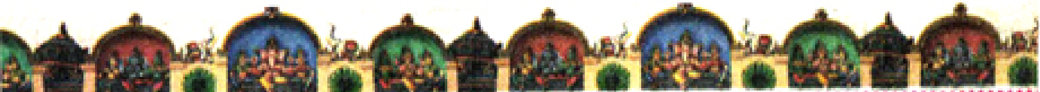
16 Supplement to Mangayar Malar February 2009



ஆந்திர மாநிலம், ஸ்ரீசைலத்தில் விநாயகரின் அழகிய திருவுருவம் கண்ணபிரானைப் போல வேய்ங் குழல் ஊதும் நிலையில் அமைந் துள்ளது.

- கே. பிரபாவதி,
நாகர்கோவில்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

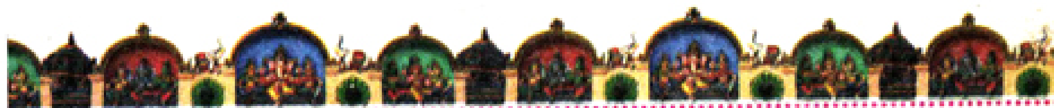




வேலூர் அருகேயுள்ள விரிஞ்சிபுரம் என்ற தலத்தில் உள்ள கோயில் தூணின் தென்புறம், அர்த்த சந்திரவடிவில் 1 முதல் 6 வரையும், 6 முதல் 12 வரையும் எண்கள் செதுக்கப்பட்டுள்ளன. மேற்புறம் உள்ள பள்ளத்தின் வழியே ஒரு குச்சியை நீட்டினால், குச்சியின் நிழல் எந்த எண்ணின்மீது விழுகிறதோ அதுதான் அப் போதைய நேரம் என்று அறிந்து கொள்ளலாம்.

– ஆர். ராஜலட்சுமி, கரூர்.

ஆலய அதிசயம் 64!



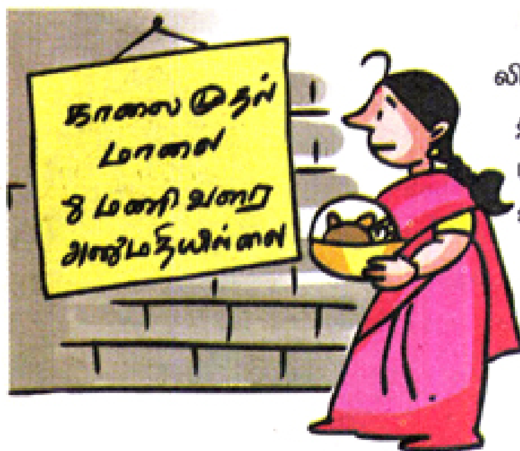
Supplement to Mangayar Malar February 2009 17



வேலூர் அருகேயுள்ள விரிஞ்சிபுரம் என்ற தலத்தில் உள்ள கோயில் தூணின் தென்புறம், அர்த்த சந்திரவடிவில் 1 முதல் 6 வரையும், 6 முதல் 12 வரையும் எண்கள் செதுக்கப்பட்டுள்ளன. மேற்புறம் உள்ள பள்ளத்தின் வழியே ஒரு குச்சியை நீட்டினால், குச்சியின் நிழல் எந்த எண்ணின்மீது விழுகிறதோ அதுதான் அப் போதைய நேரம் என்று அறிந்து கொள்ளலாம்.

– ஆர். ராஜலட்சுமி, கரூர்.

ஆலய அதிசயம் 64!



கண்ணூரி (மலபார் - கேரளா) லிருந்து பய்யந்தூர் செல்லும் வழியில் தனிப்பறம்பு என்ற இடத்தில் ராஜ ராஜேஸ்வரர் (சிவன்) கோயில் உள்ளது. இங்கு காலையிலிருந்து மாலை எட்டு மணிவரை பெண்கள் உள்ளே செல்ல அனுமதியில்லை.

- கீதா கோபாலகிருஷ்ணன்,
புனே.

18 Supplement to Mangayar Malar February 2009



கண்ணூரி (மலபார் - கேரளா) லிருந்து பய்யந்தூர் செல்லும் வழியில் தனிப்பறம்பு என்ற இடத்தில் ராஜ ராஜேஸ்வரர் (சிவன்) கோயில் உள்ளது. இங்கு காலையிலிருந்து மாலை எட்டு மணிவரை பெண்கள் உள்ளே செல்ல அனுமதியில்லை.

- கீதா கோபாலகிருஷ்ணன்,
புனே.

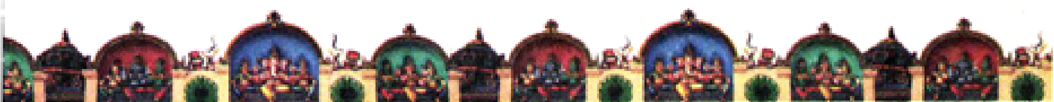
என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!





சென்னையிலிருந்து திருப்பதி போகும் வழியில் ஊத்துக்கோட்டை தாண்டி நாகலாபுரம் என்ற ஊரில் உள்ள ஸ்ரீ வேதநாராயணப் பெருமாள், தலையிலிருந்து இடுப்புவரை மனித உருவமும், இடுப்புக்குக் கீழே மீன் வடிவமும் கொண்டு ஸ்ரீதேவியோடு காட்சி யளிக்கிறார்.

- எம். வரலக்ஷ்மி,
சென்னை.



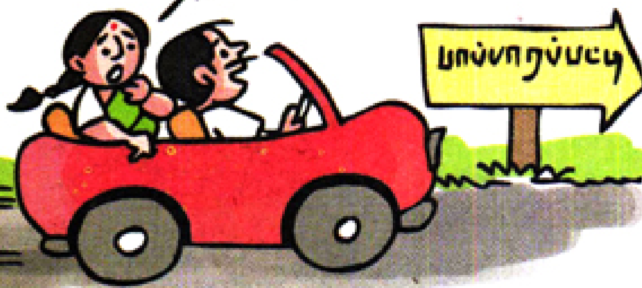
Supplement to Mangayar Malar February 2009 19



சென்னையிலிருந்து திருப்பதி போகும் வழியில் ஊத்துக்கோட்டை தாண்டி நாகலாபுரம் என்ற ஊரில் உள்ள ஸ்ரீ வேதநாராயணப் பெருமாள், தலையிலிருந்து இடுப்புவரை மனித உருவமும், இடுப்புக்குக் கீழே மீன் வடிவமும் கொண்டு ஸ்ரீதேவியோடு காட்சி யளிக்கிறார்.

- எம். வரலக்ஷ்மி,
சென்னை.

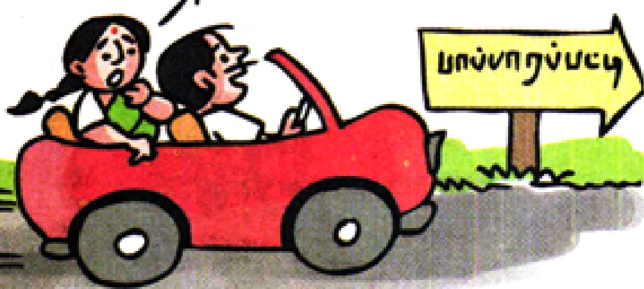
ஆலய அதிசயம் 64!



தருமபுரியிலிருந்து பதினாறு கி.மீ தூரத்தில் உள்ளது பாப்பாரப்பட்டி என்னும் தலம். இங்கு ஸ்ரீஅபிஷ்ட வரதராஜர் கோயிலில் நவக்கிரகங்கள் பெண் வடிவில் காட்சி தருகிறார்கள்! பொதுவாக, பெருமாள் கோயில்களில் நவக்கிரக சன்னிதி இருக்காது.

– ராதாபரிமளம், திருச்சி.

20 Supplement to Mangayar Malar February 2009



தருமபுரியிலிருந்து பதினாறு கி.மீ தூரத்தில் உள்ளது பாப்பாரப்பட்டி என்னும் தலம். இங்கு ஸ்ரீஅபிஷ்ட வரதராஜர் கோயிலில் நவக்கிரகங்கள் பெண் வடிவில் காட்சி தருகிறார்கள்! பொதுவாக, பெருமாள் கோயில்களில் நவக்கிரக சன்னிதி இருக்காது.

– ராதாபரிமளம், திருச்சி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

விழுப்புரம் - பாண்டிச்சேரி (வழிமடுகரை) செல்லும் வழியில் உள்ள பூவரசங்குப்பம் என்னும் ஊரில், வீற்றிருக்கும் லக்ஷ்மி நரசிம்ம பெருமாளின் மடியில் அமர்ந்துள்ள தாயார், இந்தியாவிலேயே வேறெங்குமில்லாத வகையில் பெருமாளைப் பார்த்தபடி அமர்ந்துள்ளார்.

- ஜா. அமுதா,
மயிலாடுதுறை.



ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 21

விழுப்புரம் - பாண்டிச்சேரி (வழிமடுகரை) செல்லும் வழியில் உள்ள பூவரசங்குப்பம் என்னும் ஊரில், வீற்றிருக்கும் லக்ஷ்மி நரசிம்ம பெருமாளின் மடியில் அமர்ந்துள்ள தாயார், இந்தியாவிலேயே வேறெங்குமில்லாத வகையில் பெருமாளைப் பார்த்தபடி அமர்ந்துள்ளார்.

- ஜா. அமுதா,
மயிலாடுதுறை.



ஆலய அதிசயம் 64!



இராமேஸ்வரத்தில் பழைமையான பஞ்சமுக ஆஞ்சநேயர் கோயில் குளத்தில், நல்ல எடையுடன் கூடிய பெருங்கற்களும் தண்ணீரில் போட்டால் மிதக்கின்றன.

– அனுராதா ரமேஷ்,
பாண்டிச்சேரி.

22 Supplement to Mangayar Malar February 2009



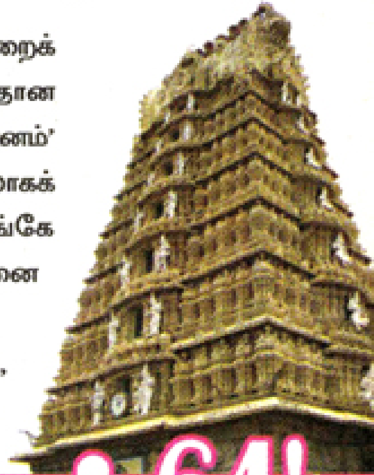
இராமேஸ்வரத்தில் பழைமையான பஞ்சமுக ஆஞ்சநேயர் கோயில் குளத்தில், நல்ல எடையுடன் கூடிய பெருங்கற்களும் தண்ணீரில் போட்டால் மிதக்கின்றன.

– அனுராதா ரமேஷ்,
பாண்டிச்சேரி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

புதுகை மாவட்டம் திருக்கோகர்ணம், குடவறைக் கோயிலுக்குப் புகழ் பெற்றது. புதுகை சமஸ்தான மன்னர்கள் உருவாக்கியுள்ள இக்கோயில் 'மகிழவனம்' என்ற பெயரில் விளங்கி, குல தெய்வக் கோயிலாகக் கட்டப்பட்டது. திருக்கோகர்ணேஸ்வரர், இங்கே தனது பாகம்பிரியாள் ஸ்ரீ பிரஹதாம்பாள் அன்னை யுடன் அருள் பாலிக்கிறார்.

– கே. ஸ்வாதி,
புதுக்கோட்டை

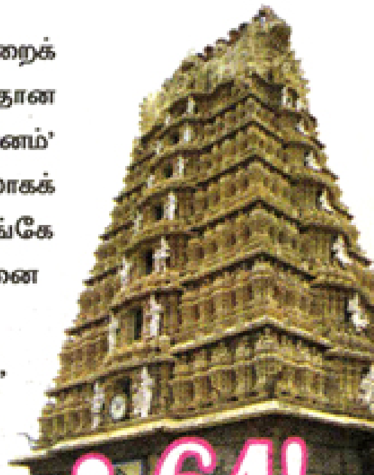


ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 23

புதுகை மாவட்டம் திருக்கோகர்ணம், குடவறைக் கோயிலுக்குப் புகழ் பெற்றது. புதுகை சமஸ்தான மன்னர்கள் உருவாக்கியுள்ள இக்கோயில் 'மகிழவனம்' என்ற பெயரில் விளங்கி, குல தெய்வக் கோயிலாகக் கட்டப்பட்டது. திருக்கோகர்ணேஸ்வரர், இங்கே தனது பாகம்பிரியாள் ஸ்ரீ பிரஹதாம்பாள் அன்னை யுடன் அருள் பாலிக்கிறார்.

– கே. ஸ்வாதி,
புதுக்கோட்டை



ஆலய அதிசயம் 64!



விருதுநகர், சதுரகிரியில் உள்ள சுந்தர மகாலிங்கர் கோயிலின் சுற்றுப்பகுதிகளில், 'ஜோதி விருட்சம்' உள்ளது. இம்மரத்தின் ஒரு இலைக் கீற்று, எண்ணெயில் 15 மணி நேரம் தொடர்ந்து எரியக்கூடியது. ஈஸ்வரனுக்குத் தீபம் ஏற்றுபவர்களில் பலர் இந்த இலையையே தீபத்திரியாகப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

– ஜி.பி. மீனாக்ஷி, மதுரை.

24 Supplement to Mangayar Malar February 2009



விருதுநகர், சதுரகிரியில் உள்ள சுந்தர மகாலிங்கர் கோயிலின் சுற்றுப்பகுதிகளில், 'ஜோதி விருட்சம்' உள்ளது. இம்மரத்தின் ஒரு இலைக் கீற்று, எண்ணெயில் 15 மணி நேரம் தொடர்ந்து எரியக்கூடியது. ஈஸ்வரனுக்குத் தீபம் ஏற்றுபவர்களில் பலர் இந்த இலையையே தீபத்திரியாகப் பயன்படுத்துகிறார்கள்.

– ஜி.பி. மீனாக்ஷி, மதுரை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



கும்பகோணம் அருகில் உள்ள தி.காவல் என்னும் கிராமத்தில் சிவன் கோயிலில், இரு கைகளும் கட்டிப் போடப்பட்ட நிலையில் எமதர்மனும் அருகில் கையில் எழுத்தாணியுடன் சித்ரகுப்தனும் காட்சி தருகிறார்கள்.

- ஆர். சுந்தரி,
சென்னை.

ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 25



கும்பகோணம் அருகில் உள்ள தி.காவல் என்னும் கிராமத்தில் சிவன் கோயிலில், இரு கைகளும் கட்டிப் போடப்பட்ட நிலையில் எமதர்மனும் அருகில் கையில் எழுத்தாணியுடன் சித்ரகுப்தனும் காட்சி தருகிறார்கள்.

- ஆர். சுந்தரி,
சென்னை.

ஆலய அதிசயம் 64!



கடலூர் மாவட்டம் விருத்தாச்சலம் அருகிலுள்ள மணவாளநல்லூர் கொளஞ்சியப்பர் கோயிலில் முருகனுக்குச் சிலை இல்லை. கருவறையில் இரண்டு அடி உயரத்தில் உள்ள பீடத்தையே முருகனாக வழிபடுகின்றனர்.

– நளினி ஸ்ரீதர், மதுரை.

26 Supplement to Mangayar Malar February 2009



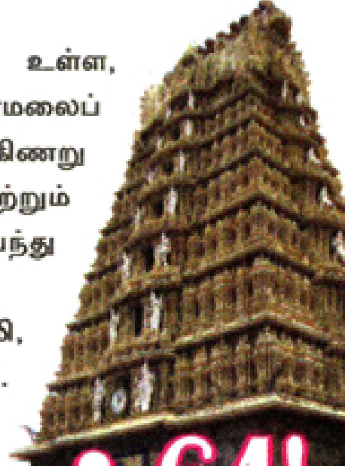
கடலூர் மாவட்டம் விருத்தாச்சலம் அருகிலுள்ள மணவாளநல்லூர் கொளஞ்சியப்பர் கோயிலில் முருகனுக்குச் சிலை இல்லை. கருவறையில் இரண்டு அடி உயரத்தில் உள்ள பீடத்தையே முருகனாக வழிபடுகின்றனர்.

– நளினி ஸ்ரீதர், மதுரை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

திருநெல்வேலி மாவட்டம் நாங்குநேரியில் உள்ள, 108 வைணவத் தலங்களுள் ஒன்றான, வானமாமலைப் பெருமாள் கோயிலில் அதிசய எண்ணெய்க் கிணறு ஒன்று உள்ளது. பெருமாளுக்குத் தினமும் சாற்றும் நல்லெண்ணெய் இந்தக் கிணற்றில்தான் வந்து விழுகிறது.

- ச. ஜெயலட்சுமி,
அரும்பாக்கம்.

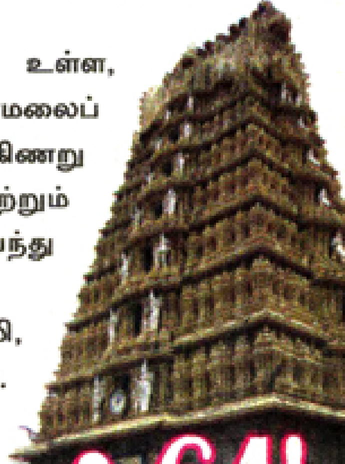


ஆலய அதிசயம் 64!

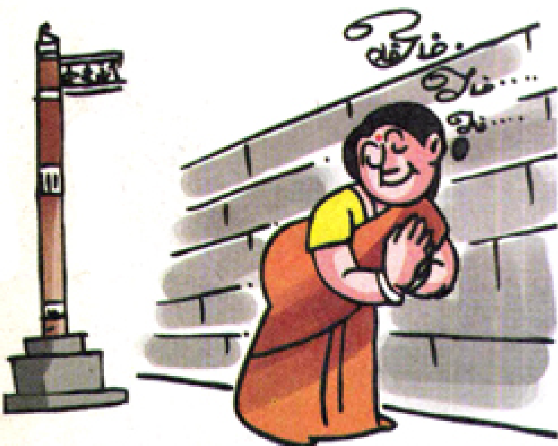
Supplement to Mangayar Malar February 2009 27

திருநெல்வேலி மாவட்டம் நாங்குநேரியில் உள்ள, 108 வைணவத் தலங்களுள் ஒன்றான, வானமாமலைப் பெருமாள் கோயிலில் அதிசய எண்ணெய்க் கிணறு ஒன்று உள்ளது. பெருமாளுக்குத் தினமும் சாற்றும் நல்லெண்ணெய் இந்தக் கிணற்றில்தான் வந்து விழுகிறது.

- ச. ஜெயலட்சுமி,
அரும்பாக்கம்.



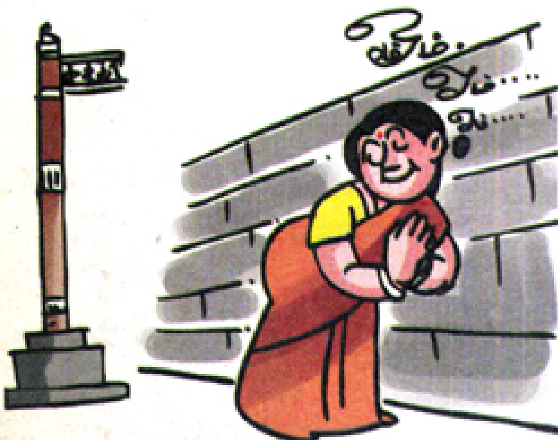
ஆலய அதிசயம் 64!



திருச்செந்தூர். முருகன் கோயிலில் மட்டும் இரண்டு கொடி மரங்கள் உள்ளன. இரண்டாவது கொடி மரத்தின் எதிர்ச் சுவரில் ஒரு துவாரம் உள்ளது. துவாரத்தில் காது கொடுத்துக் கேட்டால் 'ஓம்' என்ற பிரணவ ஒலி காதில் கேட்கும்.

- வி.எஸ்.மோகன், பெங்களூரு.

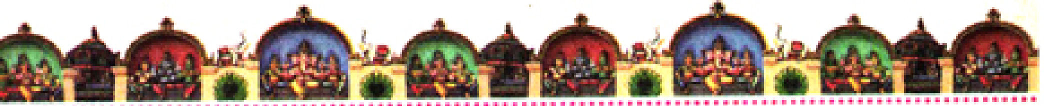
28 Supplement to Mangayar Malar February 2009



திருச்செந்தூர் முருகன் கோயிலில் மட்டும் இரண்டு கொடி மரங்கள் உள்ளன. இரண்டாவது கொடி மரத்தின் எதிர்ச் சுவரில் ஒரு துவாரம் உள்ளது. துவாரத்தில் காது கொடுத்துக் கேட்டால் 'ஓம்' என்ற பிரணவ ஒலி காதில் கேட்கும்.

- வி.எஸ்.மோகன், பெங்களூரு.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

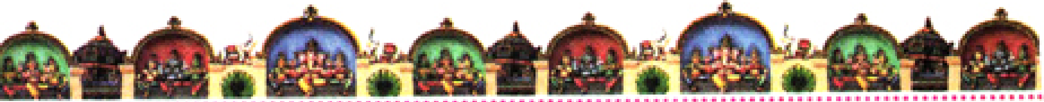




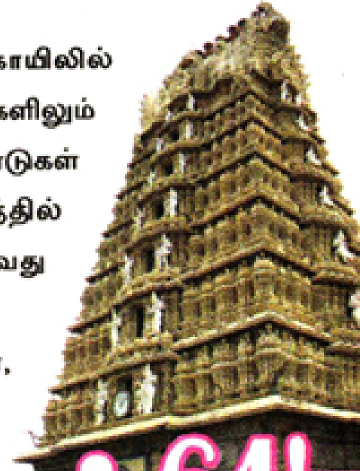
நாகை மாவட்டத்தில் வேதாரண்யம் கோயிலில் பெரிய சரஸ்வதி சிலை உள்ளது. எல்லா இடங்களிலும் காணப்படுவதுபோல் கலைமகளின் கைகளில் ஏடுகள் இல்லை; வீணையும் இல்லை; திருமுகத்தில் மந்தகாசத்துக்குப் பதில் துன்பத்தில் அழுவது போன்ற சோகம் காணப்படுகிறது.

- ம.மு. விசுவநாதன்,
மதுரை.

ஆலய அதிசயம் 64!



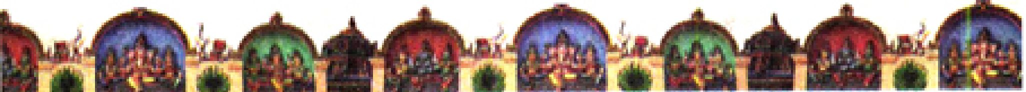
Supplement to Mangayar Malar February 2009 29

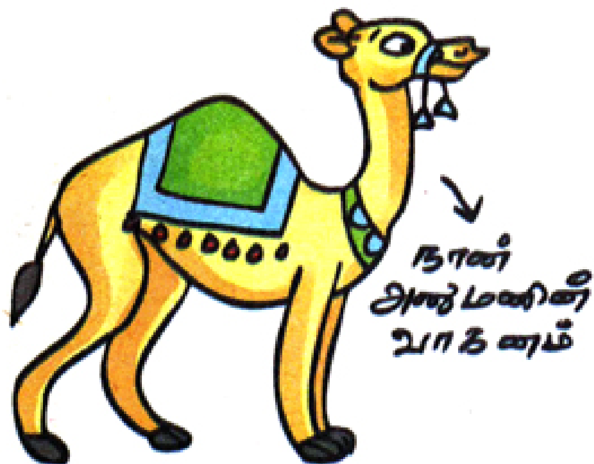


நாகை மாவட்டத்தில் வேதாரண்யம் கோயிலில் பெரிய சரஸ்வதி சிலை உள்ளது. எல்லா இடங்களிலும் காணப்படுவதுபோல் கலைமகளின் கைகளில் ஏடுகள் இல்லை; வீணையும் இல்லை; திருமுகத்தில் மந்தகாசத்துக்குப் பதில் துன்பத்தில் அழுவது போன்ற சோகம் காணப்படுகிறது.

- ம.மு. விசுவநாதன்,
மதுரை.

ஆலய அதிசயம் 64!





ஹைதராபாத்தில் ஆஞ்சநேயர் கோயில்களில் அனுமனுக்கு வாகனமாக ஒட்டகம் அமைந்திருப்பது அதிசயமாக உள்ளது.

- சுசீலா உபேந்திரன்,
கோவை.



30 Supplement to Mangayar Malar February 2009



ஹைதராபாத்தில் ஆஞ்சநேயர் கோயில்களில் அனுமனுக்கு வாகனமாக ஒட்டகம் அமைந்திருப்பது அதிசயமாக உள்ளது.

- சுசீலா உபேந்திரன்,
கோவை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

சேலத்திலிருந்து எளம்பிள்ளைக்குச் செல்லும் டவுன் பஸ்களில் சித்தர் கோயிலுக்குப் போகலாம். இங்குள்ள கஞ்சமலை மேல் சித்தர் கோயில் உள்ளது. தலைமைச் சித்தர்களில் ஒருவரான காலங்கி சித்தர் வாழ்ந்து, காயகல்பத்தைக் கண்டுபிடித்த இடம் இதுதான்!

– வீ.வீரப்பன், சேலம்



ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 31

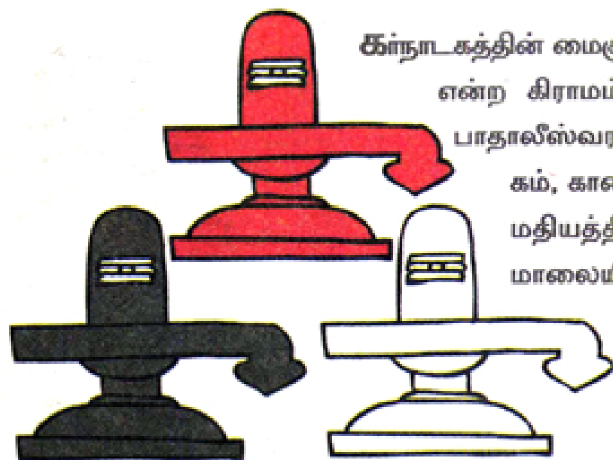
சேலத்திலிருந்து எளம்பிள்ளைக்குச் செல்லும் டவுன் பஸ்களில் சித்தர் கோயிலுக்குப் போகலாம். இங்குள்ள கஞ்சமலை மேல் சித்தர் கோயில் உள்ளது. தலைமைச் சித்தர்களில் ஒருவரான காலங்கி சித்தர் வாழ்ந்து, காயகல்பத்தைக் கண்டுபிடித்த இடம் இதுதான்!

– வீ.வீரப்பன், சேலம்



ஆலய அதிசயம் 64!



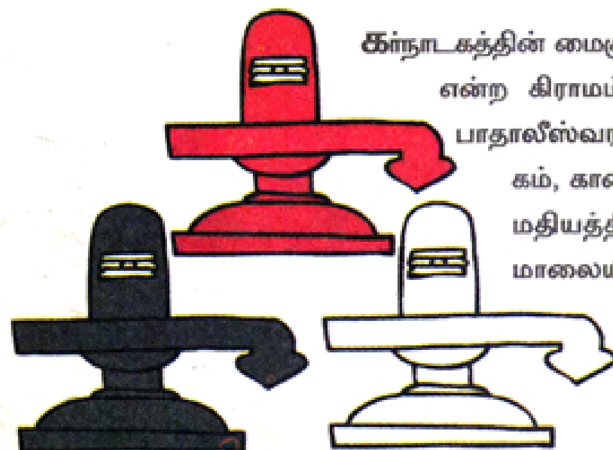


கர்நாடகத்தின் மைசூர் மாவட்டத்தில் தலக்காடு என்ற கிராமம் உள்ளது. இங்கிருக்கும் பாதாலீஸ்வரர் ஆலயத்திலுள்ள சிவலிங்கம், காலையில் சிவப்பு நிறமாகவும், மதியத்தில் கறுப்பு நிறமாகவும், மாலையில் வெண்மை நிறமாகவும் மாறும்.

- வாக்தேவி, ஹுப்ளி.



32 Supplement to Mangayar Malar February 2009



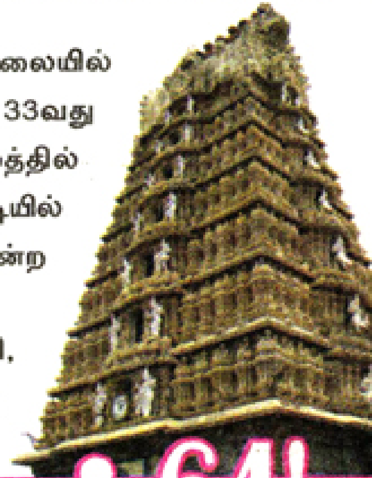
கர்நாடகத்தின் மைசூர் மாவட்டத்தில் தலக்காடு என்ற கிராமம் உள்ளது. இங்கிருக்கும் பாதாலீஸ்வரர் ஆலயத்திலுள்ள சிவலிங்கம், காலையில் சிவப்பு நிறமாகவும், மதியத்தில் கறுப்பு நிறமாகவும், மாலையில் வெண்மை நிறமாகவும் மாறும்.

- வாக்தேவி, ஹுப்ளி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

ஈரோட்டிலிருந்து பூந்துறை செல்லும் சாலையில் கரும்பாறை என்ற இடத்தில் விநாயகரின் 33வது அவதாரமான 'சங்கட ஹர அவதார' கோலத்தில் விநாயகர் சிலை உள்ளது. அதாவது விநாயகர் மடியில் பார்வதி தேவி அமர்ந்து தவம் செய்வது போன்ற கோலம்.

- ஆர்.பி. இரமணி,
மதுரை.



ஆலய அதிசயம் 64!

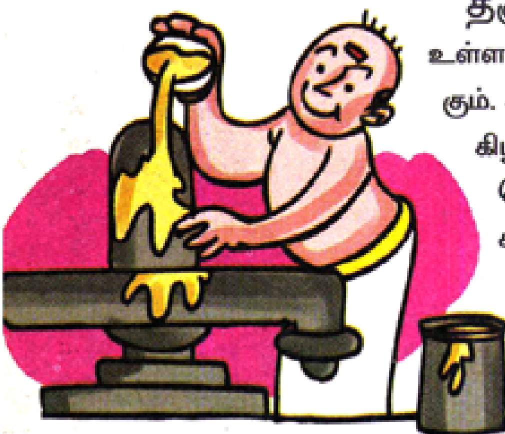
Supplement to Mangayar Malar February 2009 33

ஈரோட்டிலிருந்து பூந்துறை செல்லும் சாலையில் கரும்பாறை என்ற இடத்தில் விநாயகரின் 33வது அவதாரமான 'சங்கட ஹர அவதார' கோலத்தில் விநாயகர் சிலை உள்ளது. அதாவது விநாயகர் மடியில் பார்வதி தேவி அமர்ந்து தவம் செய்வது போன்ற கோலம்.

- ஆர்.பி. இரமணி,
மதுரை.



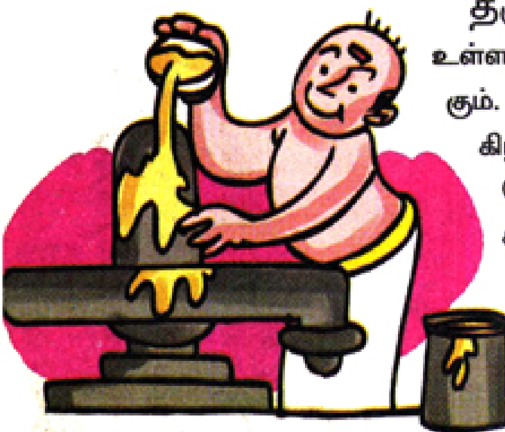
ஆலய அதிசயம் 64!



தஞ்சை மாவட்டம் திருநீலக்குடியில் உள்ள சிவலிங்கம் சொற சொறப்பாக இருக்கும். கார்த்திகை மாதம் சோமவாரம் (திங்கள் கிழமை) லிட்டர் கணக்கில் அபிஷேகம் செய்வார். தேய்த்துத் தேய்த்து குருக்கள் செய்ய, எண்ணெய் வழியாமல் உறிஞ்சப்படும். சுவாமி பெயர் மனோக்யநாதர்.

- பிச்சை சுவாமிநாதன், சென்னை.

34 Supplement to Mangayar Malar February 2009



தஞ்சை மாவட்டம் திருநீலக்குடியில் உள்ள சிவலிங்கம் சொற சொறப்பாக இருக்கும். கார்த்திகை மாதம் சோமவாரம் (திங்கள் கிழமை) லிட்டர் கணக்கில் அபிஷேகம் செய்வார். தேய்த்துத் தேய்த்து குருக்கள் செய்ய, எண்ணெய் வழியாமல் உறிஞ்சப்படும். சுவாமி பெயர் மனோக்யநாதர்.

- பிச்சை சுவாமிநாதன், சென்னை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



திருச்சி தெப்பக்குளம் அருகில், நந்திக்கு தனிக் கோயிலும் அதற்குப் பூஜையும் நடக்கிறது. வேறு எங்கும் நந்திக்கு என்று தனிக் கோயில் இருப்பதாகத் தெரியவில்லை.

- ஆர். பிருந்தா,
திருச்சி.

ஆலய அதிசயம் 64!

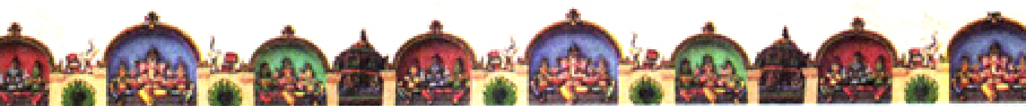
Supplement to Mangayar Malar February 2009 35

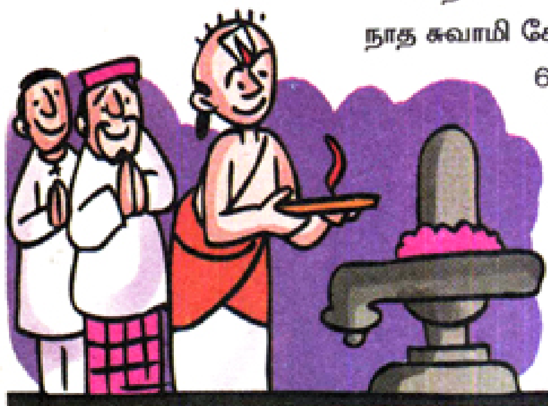


திருச்சி தெப்பக்குளம் அருகில், நந்திக்கு தனிக் கோயிலும் அதற்குப் பூஜையும் நடக்கிறது. வேறு எங்கும் நந்திக்கு என்று தனிக் கோயில் இருப்பதாகத் தெரியவில்லை.

- ஆர். பிருந்தா,
திருச்சி.

ஆலய அதிசயம் 64!



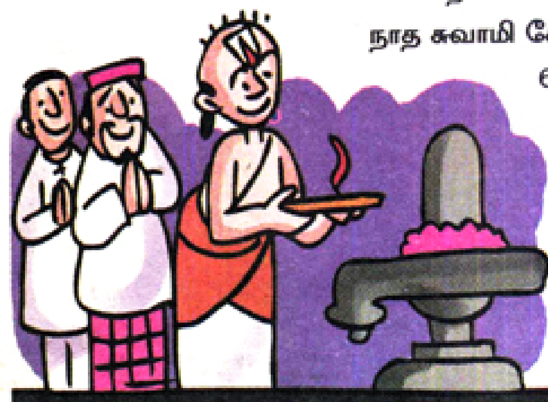


கர்நாடக மாநிலம், தர்மஸ்தலாவில் ஸ்ரீ மஞ்சு நாத சுவாமி கோயில் உள்ளது. மங்களூரிலிருந்து 60 கி.மீ தூரத்திலுள்ள இக் கோயிலின் கர்ப்பகிரகத்தில் பிரதிஷ்டையாகியிருப்பது சிவலிங்கம். அர்ச்சகர்களோ வைணவர்கள். கோயிலுக்கு இந்துக்கள், முஸ்லீம்கள், கிறித்துவர்களும் வருகிறார்கள்.

- டி.ஜோதிபாய், காஞ்சிபுரம்.



36 Supplement to Mangayar Malar February 2009



கர்நாடக மாநிலம், தர்மஸ்தலாவில் ஸ்ரீ மஞ்சு நாத சுவாமி கோயில் உள்ளது. மங்களூரிலிருந்து 60 கி.மீ தூரத்திலுள்ள இக் கோயிலின் கர்ப்பகிரகத்தில் பிரதிஷ்டையாகியிருப்பது சிவலிங்கம். அர்ச்சகர்களோ வைணவர்கள். கோயிலுக்கு இந்துக்கள், முஸ்லீம்கள், கிறித்துவர்களும் வருகிறார்கள்.

- டி.ஜோதிபாய், காஞ்சிபுரம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



ஆழ்வார்குறிச்சியில் அக்னிபகவான் சாப விமோசனம் பெற்ற தலம் வன்னியப்பர் சிவகாமியம்மன் கோயில். இது பஞ்சபூதங்களின் தலமாக விளங்குகிறது. இங்குள்ள நீருற்றுப் பகுதியில் வாயுபகவான் தவம் செய்துள்ளார். இது காளஹஸ்திக்கு அடுத்த நாகதோஷம் போக்கும் விசேஷத் தலமாகும்.

– சு. கிருஷ்ணமணி,
தென்காசி

ஆலய அதிசயம் 64!

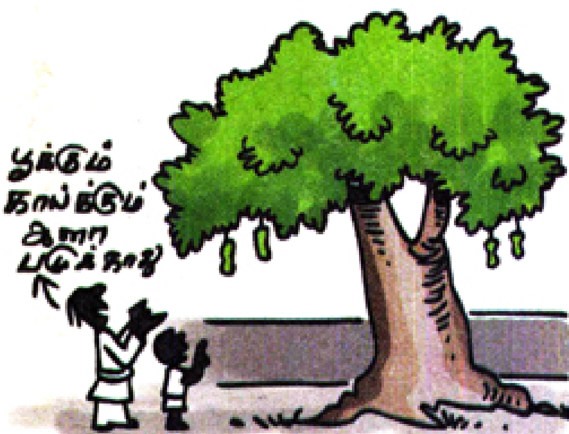
Supplement to Mangayar Malar February 2009 37



ஆழ்வார்குறிச்சியில் அக்னிபகவான் சாப விமோசனம் பெற்ற தலம் வன்னியப்பர் சிவகாமியம்மன் கோயில். இது பஞ்சபூதங்களின் தலமாக விளங்குகிறது. இங்குள்ள நீருற்றுப் பகுதியில் வாயுபகவான் தவம் செய்துள்ளார். இது காளஹஸ்திக்கு அடுத்த நாகதோஷம் போக்கும் விசேஷத் தலமாகும்.

– சு. கிருஷ்ணமணி,
தென்காசி

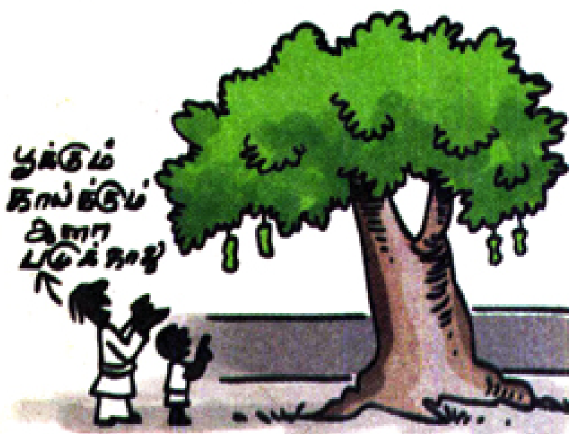
ஆலய அதிசயம் 64!



நவதிருப்பதிகளுள் ஒன்றான ஆழ்வார்திருநகரியில் உள்ள ஆதிநாதர் ஆழ்வார் திருக் கோயிலில் உள்ள புளிய மரத் தில் பூ பூக்கும். காய் காய்க்கும். ஆனால் பழம் மட்டும் பழுக் காது.

– டி. ஸ்ரீ, திருவல்லிக்கேணி.

38 Supplement to Mangayar Malar February 2009



நவதிருப்பதிகளுள் ஒன்றான ஆழ்வார்திருநகரியில் உள்ள ஆதிநாதர் ஆழ்வார் திருக் கோயிலில் உள்ள புளிய மரத் தில் பூ பூக்கும். காய் காய்க்கும். ஆனால் பழம் மட்டும் பழுக் காது.

– டி. ஸ்ரீ, திருவல்லிக்கேணி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கோயில்களின் வாயில்களில் துவாரபாலகர் என்னும் காவலர்களின் சிலைகள் காணப்படும். உத்திரமேரூர் சுந்தர வரதராஜப் பெருமாள் கோயிலில் மட்டும் மூலஸ்தானத்தில்தான் துவார பாலிகையர் காட்சியளிக்கின்றனர்.

– சு. பாக்யலட்சுமி,
பெரணமல்லூர்.



ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 39

கோயில்களின் வாயில்களில் துவாரபாலகர் என்னும் காவலர்களின் சிலைகள் காணப்படும். உத்திரமேரூர் சுந்தர வரதராஜப் பெருமாள் கோயிலில் மட்டும் மூலஸ்தானத்தில்தான் துவார பாலிகையர் காட்சியளிக்கின்றனர்.

– சு. பாக்யலட்சுமி,
பெரணமல்லூர்.



ஆலய அதிசயம் 64!



வேலூர் மாவட்டம் குண்டுரெட்டியூர் கிராமம் ஏலகிரி மலையடிவாரத்தில் உள்ளது. இங்குள்ள ஒரு பெரிய பாறையில் உள்ள சுரங்கப்பாதையில் ஒரு பக்கம் சென்று மறுபக்கம் வர சுமார் 10 நிமிடங்கள் ஆகின்றன. இக் குகையில், காளியம்மன் படம் வரைந்து சுமார் 500 ஆண்டுகளாக வழிபட்டு வருகின்றனர்.

– சு. கண்ணகி, மீட்டூர்.

40 Supplement to Mangayar Malar February 2009



வேலூர் மாவட்டம் குண்டுரெட்டியூர் கிராமம் ஏலகிரி மலையடிவாரத்தில் உள்ளது. இங்குள்ள ஒரு பெரிய பாறையில் உள்ள சுரங்கப்பாதையில் ஒரு பக்கம் சென்று மறுபக்கம் வர சுமார் 10 நிமிடங்கள் ஆகின்றன. இக் குகையில், காளியம்மன் படம் வரைந்து சுமார் 500 ஆண்டுகளாக வழிபட்டு வருகின்றனர்.

– சு. கண்ணகி, மீட்டூர்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கும்பகோணத்துக்கு அருகில் உள்ளது திருப்புறம்பயம். இங்குள்ள சிவன் கோயிலில் உள்ள பிள்ளையார் பிரளயம் காத்த விநாயகர். கடல்நுரையால் செய்யப்பட்ட விநாயகர். ஆகையால் விநாயக சதுர்த்தி அன்று மட்டுமே அவருக்குத் தேனால் அபிஷேகம் நடைபெறுகின்றது. தேன் கீழே விழாமல் விநாயகர் சிலையால் உறிஞ்சப் படுகின்றது. குழந்தை பாக்கியம் இல்லாதவர்கள் விநாயகருக்குத் தேன் அபிஷேகம் செய்து பலன் பெறுகின்றனர்.

– எஸ். ஜெயலட்சுமி, கும்பகோணம்

ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 41

கும்பகோணத்துக்கு அருகில் உள்ளது திருப்புறம்பயம். இங்குள்ள சிவன் கோயிலில் உள்ள பிள்ளையார் பிரளயம் காத்த விநாயகர். கடல்நுரையால் செய்யப்பட்ட விநாயகர். ஆகையால் விநாயக சதுர்த்தி அன்று மட்டுமே அவருக்குத் தேனால் அபிஷேகம் நடைபெறுகின்றது. தேன் கீழே விழாமல் விநாயகர் சிலையால் உறிஞ்சப் படுகின்றது. குழந்தை பாக்கியம் இல்லாதவர்கள் விநாயகருக்குத் தேன் அபிஷேகம் செய்து பலன் பெறுகின்றனர்.

– எஸ். ஜெயலட்சுமி, கும்பகோணம்

ஆலய அதிசயம் 64!



தென்னாங்கூர் கோவிலில் பாண்டு ரங்கன் - ரகுமாயி கர்ப்பக் கிருகத்துக்கு வெளியே இருக்கும் பஞ்சலோக துவார பாலகர்கள் சுமார் இரண்டரை மெட்ரிக் டன் எடையுள்ளவை. இந்தச் சிலைகள் ஒரே வார்ப்பில் வடிக்கப்பட்டவை. மிக அதிசய மான ஒன்று.

- எஸ்.பத்மாவதி,
சென்னை.

42 Supplement to Mangayar Malar February 2009



தென்னாங்கூர் கோவிலில் பாண்டு ரங்கன் - ரகுமாயி கர்ப்பக் கிருகத்துக்கு வெளியே இருக்கும் பஞ்சலோக துவார பாலகர்கள் சுமார் இரண்டரை மெட்ரிக் டன் எடையுள்ளவை. இந்தச் சிலைகள் ஒரே வார்ப்பில் வடிக்கப்பட்டவை. மிக அதிசய மான ஒன்று.

- எஸ்.பத்மாவதி,
சென்னை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

மதுரைக்கு அருகில் 'விராதனூர்' என்னும் சிவத்தலத்தில் சிவன், 'ரிஷபாரூடர்' வடிவத்தில் நான்கு வேதங்களையும் கால்களாகக் கொண்ட நந்தியின் மீது பார்வதியுடன் அருள்பாலிக்கிறார்.

- ஜி. ஞானாம்பாள்,
மதுரை.

ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 4

மதுரைக்கு அருகில் 'விராதனூர்' என்னும் சிவத்தலத்தில் சிவன், 'ரிஷபாரூடர்' வடிவத்தில் நான்கு வேதங்களையும் கால்களாகக் கொண்ட நந்தியின் மீது பார்வதியுடன் அருள்பாலிக்கிறார்.

- ஜி. ஞானாம்பாள்,
மதுரை.

ஆலய அதிசயம் 64!



மதுரை மீனாட்சி அம்மன் கோயிலில் 33,000 சிற்பங்கள் உள்ளன. இச்சிறப்பு உலகில் வேறு எந்தக் கோயிலுக்கும் இல்லை.

- ஏ.எஸ். யோகானந்தம்,
கோபி.

44 Supplement to Mangayar Malar February 2009

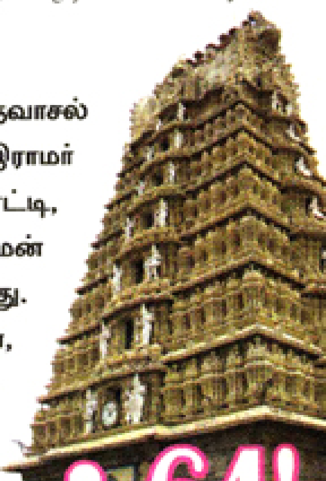


மதுரை மீனாட்சி அம்மன் கோயிலில் 33,000 சிற்பங்கள் உள்ளன. இச்சிறப்பு உலகில் வேறு எந்தக் கோயிலுக்கும் இல்லை.

- ஏ.எஸ். யோகானந்தம்,
கோபி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

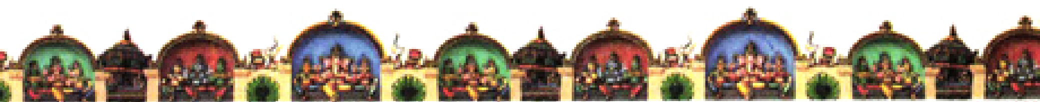




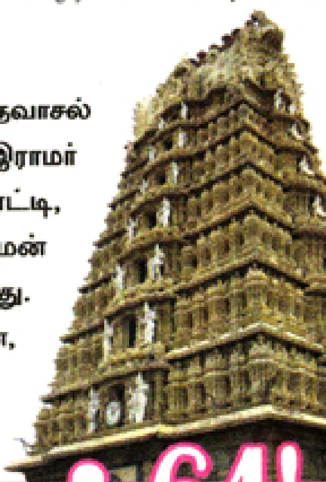
வேலூர் திருவண்ணாமலைக்கு இடையே சந்தவாசல் என்ற ஊரிலிருந்து 4 கி.மீ தூரத்தில் உள்ள இராமர் கோயிலில் இராமர் யோக நிலையில் சீதாபிராட்டி, லக்ஷ்மணன் சகிதம் அமர்ந்துள்ளார். எதிரே அனுமன் ஓலைச்சுவடியை வைத்துப் படிப்பதுபோல் உள்ளது.

– அ.ப.மலர்கொடி பலராமன்,
சென்னை.

ஆலய அதிசயம் 64!



Supplement to Mangayar Malar February 2009 45



வேலூர் திருவண்ணாமலைக்கு இடையே சந்தவாசல் என்ற ஊரிலிருந்து 4 கி.மீ தூரத்தில் உள்ள இராமர் கோயிலில் இராமர் யோக நிலையில் சீதாபிராட்டி, லக்ஷ்மணன் சகிதம் அமர்ந்துள்ளார். எதிரே அனுமன் ஓலைச்சுவடியை வைத்துப் படிப்பதுபோல் உள்ளது.

– அ.ப.மலர்கொடி பலராமன்,
சென்னை.

ஆலய அதிசயம் 64!



தேசியக் கொடியை சுதந்திரநாள், குடியரசு நாட்களில் அரசு அலுவலகங்களில் ஏற்றுவது வழக்கம். ஆனால் சிதம்பரம் கோயிலில் மட்டும் மேளதாள வாத்தியங்கள் முழங்க பிரதான கோபுரத்துக்கு எடுத்து வந்து, தீட்சிதர் ஒருவர் கையால் கொடியேற்றப்படுவது, வேறு எங்கும் நடைபெறாத அதிசயம்!

- ஆர். இராஜேஸ்வரி ராமகிருஷ்ணன்,
எரகுடி.

46 Supplement to Mangayar Malar February 2009



தேசியக் கொடியை சுதந்திரநாள், குடியரசு நாட்களில் அரசு அலுவலகங்களில் ஏற்றுவது வழக்கம். ஆனால் சிதம்பரம் கோயிலில் மட்டும் மேளதாள வாத்தியங்கள் முழங்க பிரதான கோபுரத்துக்கு எடுத்து வந்து, தீட்சிதர் ஒருவர் கையால் கொடியேற்றப்படுவது, வேறு எங்கும் நடைபெறாத அதிசயம்!

- ஆர். இராஜேஸ்வரி ராமகிருஷ்ணன்,
எரகுடி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர்
தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பாண்டிச்சேரி அருகே உள்ளது வில்லியனூர். இங்குள்ள சிவன்கோயிலில் உள்ள கோகிலாம்பிகை அம்மனை வேண்டிக்கொண்டு 48 நாட்கள் தீபம் ஏற்றினால் சுகப்பிரசவம் நடக்கும். மற்றும் நினைத்த காரியம்நடக்கும். இங்குள்ள மிகப் பெரிய நந்தியின் காதுகளில் தம் பிரார்த்தனையைச் சொல்லிவிட்டு நந்திக்கு அர்ச்சனை செய்து விட்டு தங்கள் கைகளாலேயே நந்தியைத் திருப்பி வைக்கிறார்கள். பிரசவம் முடிந்தவுடன் மீண்டும் அம்மனைப் பார்த்தபடி பழைய நிலைக்கே வைக்கிறார்கள்.

– மாலதி நாராயன், சென்னை

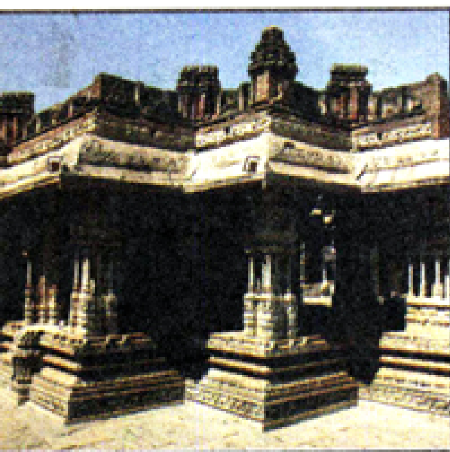
ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 47

பாண்டிச்சேரி அருகே உள்ளது வில்லியனூர். இங்குள்ள சிவன்கோயிலில் உள்ள கோகிலாம்பிகை அம்மனை வேண்டிக்கொண்டு 48 நாட்கள் தீபம் ஏற்றினால் சுகப்பிரசவம் நடக்கும். மற்றும் நினைத்த காரியம்நடக்கும். இங்குள்ள மிகப் பெரிய நந்தியின் காதுகளில் தம் பிரார்த்தனையைச் சொல்லிவிட்டு நந்திக்கு அர்ச்சனை செய்து விட்டு தங்கள் கைகளாலேயே நந்தியைத் திருப்பி வைக்கிறார்கள். பிரசவம் முடிந்தவுடன் மீண்டும் அம்மனைப் பார்த்தபடி பழைய நிலைக்கே வைக்கிறார்கள்.

– மாலதி நாராயன், சென்னை

ஆலய அதிசயம் 64!



ஹம்பியிலுள்ள விஜயவிட்டல் சுவாமி கோயில் ரங்க மண்டபத்தில், ஒரு தூணைத் தட்டினால் கடவாத்தியம் ஒலிக்கும்; மற்றொன்று தபலா நாதம் எழுப்பும்; இன்னொன்று ஜல தரங்க இசையெழுப்பும்; இப்படி ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு விதமாக அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

– ஆர். பிரகாசம், காவேரிப்பாக்கம்.

48 Supplement to Mangayar Malar February 2009



ஹம்பியிலுள்ள விஜயவிட்டல் சுவாமி கோயில் ரங்க மண்டபத்தில், ஒரு தூணைத் தட்டினால் கடவாத்தியம் ஒலிக்கும்; மற்றொன்று தபலா நாதம் எழுப்பும்; இன்னொன்று ஜல தரங்க இசையெழுப்பும்; இப்படி ஒவ்வொன்றும் ஒவ்வொரு விதமாக அமைக்கப்பட்டுள்ளது.

– ஆர். பிரகாசம், காவேரிப்பாக்கம்.

என்றும் உங்களுடன் மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

108 வைணவ திவ்ய தேசங்களில் ஒன்றான திருக்கண்ணபுரத்தில் (நாகை மாவட்டம்) உள்ள பெருமாளுக்கு அர்த்த ஜாமத்தில்தான் 5 நாழி அரிசி, 3 நாழி பருப்பு, 2 நாழி நெய்யுடன் பொங்கல் செய்து நைவேத்தியம் செய்கிறார்கள்.

- என். மாலதி, சென்னை.



ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 49

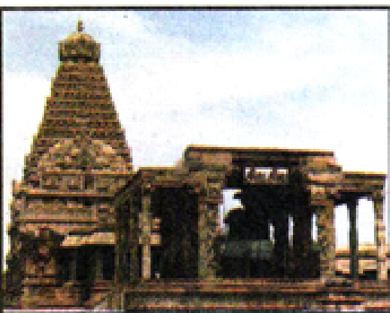
108 வைணவ திவ்ய தேசங்களில் ஒன்றான திருக்கண்ணபுரத்தில் (நாகை மாவட்டம்) உள்ள பெருமாளுக்கு அர்த்த ஜாமத்தில்தான் 5 நாழி அரிசி, 3 நாழி பருப்பு, 2 நாழி நெய்யுடன் பொங்கல் செய்து நைவேத்தியம் செய்கிறார்கள்.

- என். மாலதி, சென்னை.



ஆலய அதிசயம் 64!

தஞ்சை பெரிய கோயிலில் உள்ள நவக்கிரகம், லிங்க வடிவில் உள்ளது. பெரிய கோயிலின் மேற்குப் பக்கம், திருமால் பிராகாரத்தில் உள்ள திருமாளிகைப் பகுதியில் லிங்க நவக்கிரகம் ரூபமாகவும், திருமேனி அரூபமாகவும் உள்ளது.



இந்த லிங்க நவக்கிரகத்தைத் தொடர்ந்து சிறிய அளவில் 243 லிங்கங்கள் பிரதிஷ்டை செய்யப்பட்டுள்ளன.

- பி. அமுதா, தஞ்சாவூர்.

50 Supplement to Mangayar Malar February 2009

தஞ்சை பெரிய கோயிலில் உள்ள நவக்கிரகம், லிங்க வடிவில் உள்ளது. பெரிய கோயிலின் மேற்குப் பக்கம், திருமால் பிராகாரத்தில் உள்ள திருமாளிகைப் பகுதியில் லிங்க நவக்கிரகம் ரூபமாகவும், திருமேனி அரூபமாகவும் உள்ளது.



இந்த லிங்க நவக்கிரகத்தைத் தொடர்ந்து சிறிய அளவில் 243 லிங்கங்கள் பிரதிஷ்டை செய்யப்பட்டுள்ளன.

- பி. அமுதா, தஞ்சாவூர்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

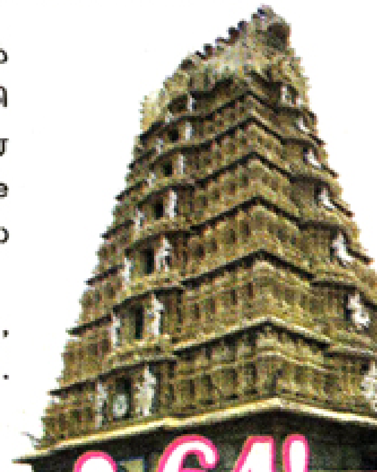


கோவிந்தன் கோவர்த்தனகிரியெனும் குன்றினை, குடைபோலத் தன் பிஞ்சு விரலினால் தூக்கிப் பிடித்தான்! இந்த சுந்தர மூர்த்தியை உடுப்பி 'புத்திகே மடம்' (Puthige Mutt) எனும் ஸ்ரீராகவேந்திரர் மடத்தில் பிரதிஷ்டை செய்துள்ளனர்.

– மனோரமா கோபிநாத்,
பெங்களூரு.

ஆலய அதிசயம் 64!

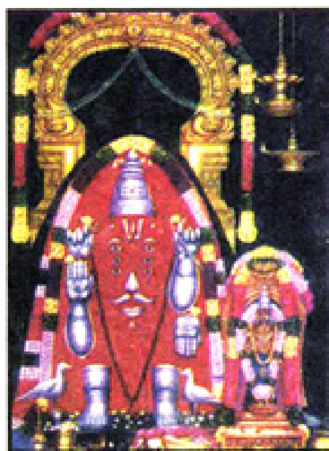
Supplement to Mangayar Malar February 2009 51



கோவிந்தன் கோவர்த்தனகிரியெனும் குன்றினை, குடைபோலத் தன் பிஞ்சு விரலினால் தூக்கிப் பிடித்தான்! இந்த சுந்தர மூர்த்தியை உடுப்பி 'புத்திகே மடம்' (Puthige Mutt) எனும் ஸ்ரீராகவேந்திரர் மடத்தில் பிரதிஷ்டை செய்துள்ளனர்.

– மனோரமா கோபிநாத்,
பெங்களூரு.

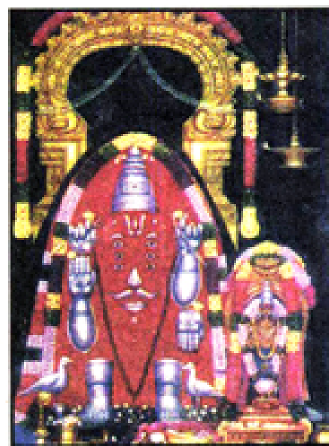
ஆலய அதிசயம் 64!



சனீஸ்வரர், தனிக் கோயிலில் மூலவராக, ஆறு கண்களை உடையவராக லிங்க வடிவ சுயம்பு மூர்த்தியாக திருநீறும், நாமமும் அணிந்து சிறப்புடன் காட்சி தரும் தலம் குச்சனூர்.

- டி. நிர்மலா தேவி, சென்னை.

52 Supplement to Mangayar Malar February 2009



சனீஸ்வரர், தனிக் கோயிலில் மூலவராக, ஆறு கண்களை உடையவராக லிங்க வடிவ சுயம்பு மூர்த்தியாக திருநீறும், நாமமும் அணிந்து சிறப்புடன் காட்சி தரும் தலம் குச்சனூர்.

- டி. நிர்மலா தேவி, சென்னை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பெரிதாக இருக்கும் வயிறு, வெடித்த நிலையில் காட்சி தரும் பிள்ளையாரை அம்பாசமுத்திரத்துக்கு அருகில் உள்ள ஜாக்கையநல்லூர் தலத்தில் காணலாம்.

- வே. சித்ரா, கும்மிடிப்பூண்டி.

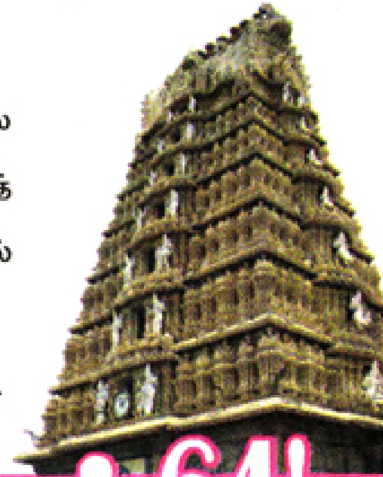


ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 53

பெரிதாக இருக்கும் வயிறு, வெடித்த நிலையில் காட்சி தரும் பிள்ளையாரை அம்பாசமுத்திரத்துக்கு அருகில் உள்ள ஜாக்கையநல்லூர் தலத்தில் காணலாம்.

- வே. சித்ரா, கும்மிடிப்பூண்டி.



ஆலய அதிசயம் 64!



மதுரையை அடுத்துள்ள திருமாலிருஞ்சோலை என்ற மலையில் குடி கொண்டுள்ள கள்ளழகர், அப்பங்களை அடுக்கி தன் வலக்கரத்தால் அணைத்தபடி, அப்பக்குடத்தானாக சேவை தருகின்றார்.

- வி.ஆர்.கிருத்திகா, திருச்சி.

54 Supplement to Mangayar Malar February 2009



மதுரையை அடுத்துள்ள திருமாலிருஞ்சோலை என்ற மலையில் குடி கொண்டுள்ள கள்ளழகர், அப்பங்களை அடுக்கி தன் வலக்கரத்தால் அணைத்தபடி, அப்பக்குடத்தானாக சேவை தருகின்றார்.

- வி.ஆர்.கிருத்திகா, திருச்சி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

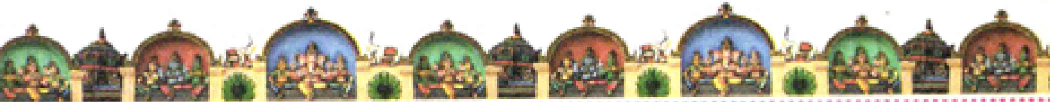




திருவாரூர் - திருத்துறைப்பூண்டி இடையே உள்ள திருக்கொள்ளிக்காடு, சனீஸ்வரன் கோயிலில், சனி பகவான் ஈஸ்வர பட்டம் பெற்று மகாலட்சுமி ஸ்தானத்தில் அமர்ந்து ஏர்க்கலப்பை - காக்கையோடு காட்சி தருகின்றார்.

- சக்தி. மல்லிகா நடராசன்,
சேலம்.

ஆலய அதிசயம் 64!



Supplement to Mangayar Malar February 2009 55



திருவாரூர் - திருத்துறைப்பூண்டி இடையே உள்ள திருக்கொள்ளிக்காடு, சனீஸ்வரன் கோயிலில், சனி பகவான் ஈஸ்வர பட்டம் பெற்று மகாலட்சுமி ஸ்தானத்தில் அமர்ந்து ஏர்க்கலப்பை - காக்கையோடு காட்சி தருகின்றார்.

- சக்தி. மல்லிகா நடராசன்,
சேலம்.

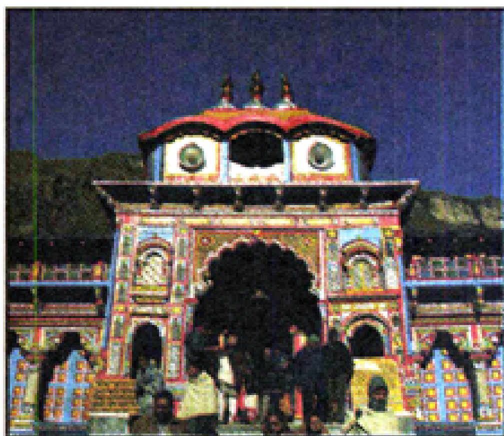
ஆலய அதிசயம் 64!



இமயமலையில் 'பத்ரிநாத்' திவ்ய தேசத்துக்கு அருகில் 'வியாச குகை' என்ற இடம் உள்ளது. இக்குகையின் தோற்றம் ஓலைச்சுவடிகளை வரிசையாக அடுக்கிக் கட்டியது போன்று இயற்கையாகவே அமைந்துள்ளது மிகவும் வியப்புக்குரியது.

- லதா சுந்தரராஜன், கல்பாக்கம்.

56 Supplement to Mangayar Malar February 2009



இமயமலையில் 'பத்ரிநாத்' திவ்ய தேசத்துக்கு அருகில் 'வியாச குகை' என்ற இடம் உள்ளது. இக்குகையின் தோற்றம் ஓலைச்சுவடிகளை வரிசையாக அடுக்கிக் கட்டியது போன்று இயற்கையாகவே அமைந்துள்ளது மிகவும் வியப்புக்குரியது.

- லதா சுந்தரராஜன், கல்பாக்கம்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!





கேரள மாநிலம் ஆலப்புழை மாவட்டம் செங்கன்னூரில் உள்ள மகாதேவர் ஆலயத்தில் ஒரே கருவறையில் சிவன் கிழக்கு நோக்கியும் பார்வதி மேற்கு நோக்கியும் அமைந்திருப்பது போல் வேறெங்கும் காண முடியாத காட்சி!

- கே.என். மகாலிங்கம்,
பாண்டிச்சேரி.

ஆலய அதிசயம் 64!



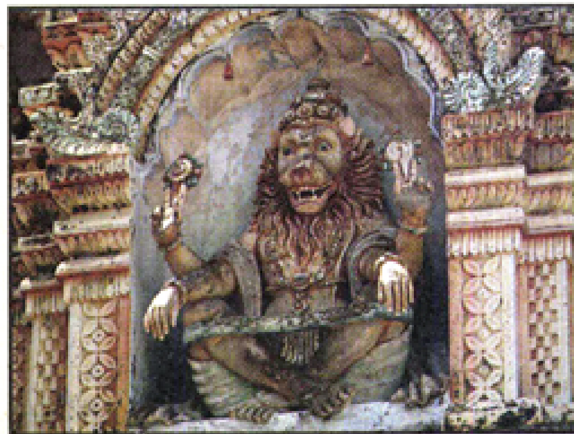
Supplement to Mangayar Malar February 2009 57



கேரள மாநிலம் ஆலப்புழை மாவட்டம் செங்கன்னூரில் உள்ள மகாதேவர் ஆலயத்தில் ஒரே கருவறையில் சிவன் கிழக்கு நோக்கியும் பார்வதி மேற்கு நோக்கியும் அமைந்திருப்பது போல் வேறெங்கும் காண முடியாத காட்சி!

- கே.என். மகாலிங்கம்,
பாண்டிச்சேரி.

ஆலய அதிசயம் 64!



ஆந்திர மாநிலத்தில் 'வேதாத்ரி' என்ற ஊரி லுள்ள நரசிம்மர், இடையில் ஒரு பெரிய கத்தியை வைத்திருக்கிறார்.

- மன்னை ஜி. நீலா,
சென்னை.

58 Supplement to Mangayar Malar February 2009



ஆந்திர மாநிலத்தில் 'வேதாத்ரி' என்ற ஊரி லுள்ள நரசிம்மர், இடையில் ஒரு பெரிய கத்தியை வைத்திருக்கிறார்.

- மன்னை ஜி. நீலா,
சென்னை.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!





காஞ்சிபுரம் அருகில் உள்ள திருப்பனங்காடு எனும் ஊரில் 2 மூலவர், 2 அம்பிகை, 2 நந்தி என வேறெங்கும் காண முடியாத இரு வேறுபட்ட திசையினில் அருள்பாலிக்கும் விதத்தில் உள் ளது.

- ஏ. வாராகி,
திருவத்திபுரம்.

ஆலய அதிசயம் 64!



Supplement to Mangayar Malar February 2009 59



காஞ்சிபுரம் அருகில் உள்ள திருப்பனங்காடு எனும் ஊரில் 2 மூலவர், 2 அம்பிகை, 2 நந்தி என வேறெங்கும் காண முடியாத இரு வேறுபட்ட திசையினில் அருள்பாலிக்கும் விதத்தில் உள் ளது.

- ஏ. வாராகி,
திருவத்திபுரம்.

ஆலய அதிசயம் 64!



திருநெல்வேலி நெல்லையப்பர் காந்திமதி அம்பாள் கோயிலில் உள்ள உமா மகேஸ்வரர் சிலையை உருவாக் கியவர் அன்வருதீன் கான் என்ற இஸ்லாமியர்.

- கு. கல்யாணிபாய்,
திருநெல்வேலி.

60 Supplement to Mangayar Malar February 2009



திருநெல்வேலி நெல்லையப்பர் காந்திமதி அம்பாள் கோயிலில் உள்ள உமா மகேஸ்வரர் சிலையை உருவாக் கியவர் அன்வருதீன் கான் என்ற இஸ்லாமியர்.

- கு. கல்யாணிபாய்,
திருநெல்வேலி.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



காங்கயம் அருகில் உள்ள மடவாளம் என்ற ஒரு சிற்றூரில் பழைமையான சிவாலயம் உள்ளது. அந்தக் கோயிலில் உள்ள தீர்த்த சுனையில் இரண்டுமுறை விபூதி, மணல் சங்கு கலந்த பானை மிதந்து வந்தது. அதைக் கண்ணாடிப் பெட்டியில் வைத்துள்ளார்கள்.

– கே.சி. சௌந்திரம், கொடுமுடி.

ஆலய அதிசயம் 64!

Supplement to Mangayar Malar February 2009 61



காங்கயம் அருகில் உள்ள மடவாளம் என்ற ஒரு சிற்றூரில் பழைமையான சிவாலயம் உள்ளது. அந்தக் கோயிலில் உள்ள தீர்த்த சுனையில் இரண்டுமுறை விபூதி, மணல் சங்கு கலந்த பானை மிதந்து வந்தது. அதைக் கண்ணாடிப் பெட்டியில் வைத்துள்ளார்கள்.

– கே.சி. சௌந்திரம், கொடுமுடி.

ஆலய அதிசயம் 64!





ஊத்துக்கோட்டைக்கு அருகில் 'சுருட்டுப்பள்ளி' என்னும் ஊரில் உள்ள கோயிலில், சிவபெருமான் சயனத் திருக்கோலத்தில் காணப் படுகின்றார்.

– பிரபா லிங்கேஷ்,

மேலகிருஷ்ணன்புதூர்.



62 Supplement to Mangayar Malar February 2009

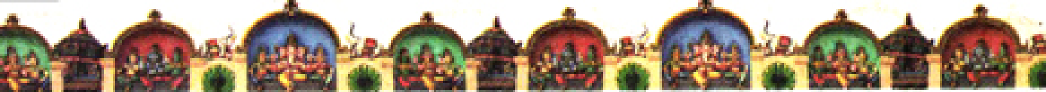


ஊத்துக்கோட்டைக்கு அருகில் 'சுருட்டுப்பள்ளி' என்னும் ஊரில் உள்ள கோயிலில், சிவபெருமான் சயனத் திருக்கோலத்தில் காணப் படுகின்றார்.

– பிரபா லிங்கேஷ்,

மேலகிருஷ்ணன்புதூர்.

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

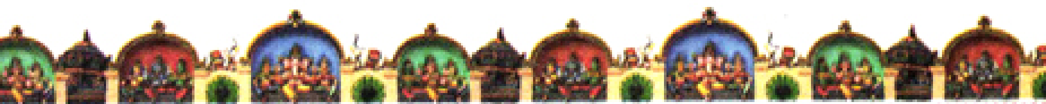




நாகப்பட்டினம் காயாரோகணேஸ்வரர் கோயிலில், பிள்ளையார் சிங்க வாகனத்தில் நான்கு திசைகளில் நான்கு தலைகளும் மேலே ஒரு தலையுமாக பஞ்சமுக விநாயகராக அமர்ந்த நிலையில் காட்சி தருகிறார்.

- அங்கயற்கண்ணி அம்மையப்பன்,
திருநெல்வேலி.

ஆலய அதிசயம் 64!



Supplement to Mangayar Malar February 2009 63



நாகப்பட்டினம் காயாரோகணேஸ்வரர் கோயிலில், பிள்ளையார் சிங்க வாகனத்தில் நான்கு திசைகளில் நான்கு தலைகளும் மேலே ஒரு தலையுமாக பஞ்சமுக விநாயகராக அமர்ந்த நிலையில் காட்சி தருகிறார்.

- அங்கயற்கண்ணி அம்மையப்பன்,
திருநெல்வேலி.

ஆலய அதிசயம் 64!

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 09 - 11 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 09 - 11* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar February 2009 issue



தக்கலைக்கு அருகே திருநந்திக் கரை கோயில் அமைந்துள்ளது. இங்குள்ள நந்தீஸ்வரர் கருவறையைச் சுற்றிலும், மகாவிஷ்ணுவின் தசாவதாரங்களும் சிறு வடிவில் இருக்கின்றன.

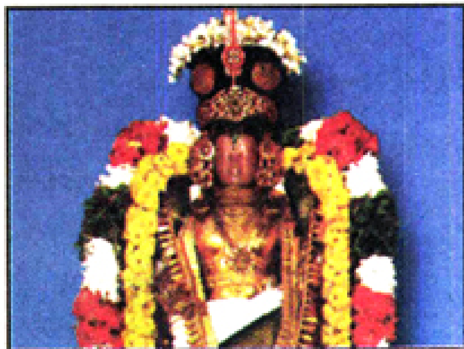
- எஸ். முரளி, ஸ்ரீரங்கம்

தொகுப்பு: **மாலதி சந்திரசேகரன்**

கார்டூன்ஸ்: **பிள்ளை**

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 09 - 11 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 09 - 11* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar February 2009 issue

64 Supplement to Mangayar Malar February 2009



தக்கலைக்கு அருகே திருநந்திக் கரை கோயில் அமைந்துள்ளது. இங்குள்ள நந்தீஸ்வரர் கருவறையைச் சுற்றிலும், மகாவிஷ்ணுவின் தசாவதாரங்களும் சிறு வடிவில் இருக்கின்றன.

- எஸ். முரளி, ஸ்ரீரங்கம்

தொகுப்பு: **மாலதி சந்திரசேகரன்**

கார்டூன்ஸ்: **பிள்ளை**

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!